ANGAYAR MALAR
ம்பர் '95 ரூ. 9/-

மங்கையர் மலர்



கணவர் சிறப்பிதழ் - II

- இணைப்புடன்

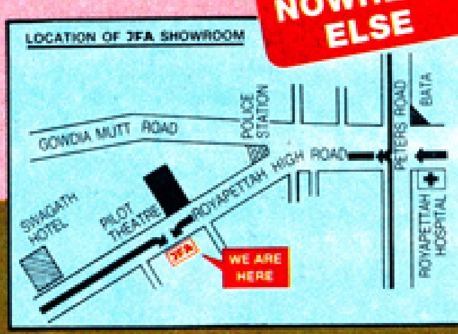
We give shape to your needs in

Wood, Cane & Steel



- LIVINGROOM FURNITURE
- DININGROOM FURNITURE
- BEDROOM FURNITURE
- CHILDREN FURNITURE
- OFFICE FURNITURE
- COMPUTER FURNITURE
- SPACE MAKING FURNITURE

JFA
IS OPP. PILOT THEATRE ONLY
NOWHERE ELSE



FREE

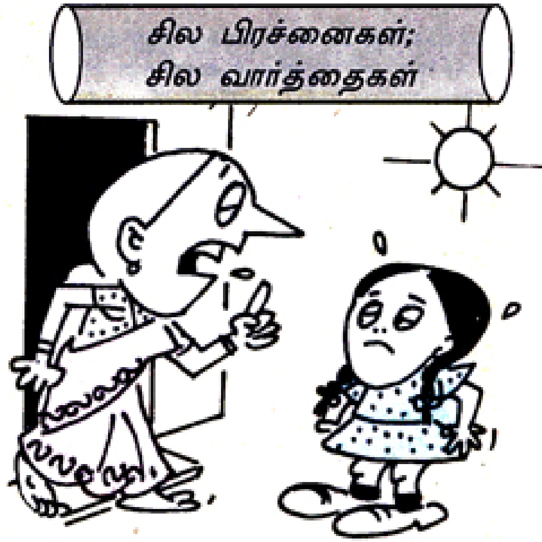
For **"FREE COLOUR CATALOGUES"** kindly send stamps worth Rs. 5/- and mention **"OPP. PILOT THEATRE"** in capitals, boldly on your envelope.

WE ACCEPT CREDIT CARDS.

FOR ALL TYPES OF FURNITURE IN WOOD, CANE & STEEL CONTACT:

JFA ™ **JAYABHARATHAM FURNITURE & APPLIANCES PVT. LTD.**

OPP. PILOT THEATRE, 18, ROYAPETTAH HIGH ROAD, MADRAS – 600 014.
PHONE : 8261384, 8260933. TLX : 041-6401 ESCM IN. FAX : 91-44-8261332.



மண்ணுலகில் ஒரு நரகலோகம்!

மனிதகுலத்தின் ஒவ்வொரு ஜீவனும் ஒரு அம்மா, அப்பாவிற்குத்தான் பிறக்கிறார்கள். அன்பு என்பதைக் கொஞ்சமாவது தெரிந்து கொள்ளாமலா போய்விடுகிறார்கள். பாசம், வலி, மனிதநேயம், ஒருவர் மேல் மற்றவருக்கான நேசம் இதெல்லாம் கொஞ்சம் கூடவா புரிந்துகொள்ளாமல் போய்விடுவார்கள்?

மனிதனுக்கு அதற்குத்தானே ஆறாவது அறிவைப் படைத்துத் திரிய விட்டிருக்கிறான்! கண்ணெதிரே என்றில்லை சினிமாவிலோ, டி.வி.யிலோ யாராவது கஷ்டப்பட்டால், அழுதால் கூட நமக்கெல்லாம் கண்கள் கலங்கி விடுகின்றன. சினிமா தியேட்டரில் உட்கார்ந்து தேம்பித்தேம்பி அழுதவர்கள் எத்தனை பேர் இல்லை? கடவுள் அதற்காகத்தானே மனம் என்ற ஒன்றை நமக்கெல்லாம் படைத்து இருக்கிறான்? ஐந்தறிவு உயிரினங்களுக்குக் கூட தாய்மை, காதல், நேசம் இருப்பதை அவற்றின் நடவடிக்கைகளில் இருந்து புரிந்து கொள்ள முடிகிறது.

இதெல்லாம் எதற்கு என்று கேட்கிறீர்களா?

பத்திரிகைகளில் சமீப காலங்களில் வந்த சில செய்திகளைப் பார்க்கும்போது உடுப்பு போட்டுக் கொண்ட சில பேர் மிருக வடிவில் இருப்பதை, ஸாரி ஸாரி 'மிருகம்' என்று சொல்ல முடியாது, அவற்றிற்குக் கூட 'மிருக நேயம்' என்பது உண்டே, அவற்றையும் விட கேவலமான ஜந்துக்களாக இருப்பதைத் தெரிந்து கொள்ள நேரும்போது மனம் வலிக்கத்தான் செய்கிறது.

நம் குழந்தைகள் நாளை நன்றாக உலகில் வாழ வேண்டும் என்பதற்காகத்தான் படிக்க வைக்கிறோம், அதற்காக எவ்வளவு பணம் கட்ட வேண்டுமானாலும் எவ்வளவோ கஷ்டப் பட்டுப் பணம் கட்டுகிறோம். ஆனால் அங்கேயும் சில ஜந்துக்கள் இருப்பதைக் கேள்விப் படும்போது கொதிக்கிறது.

சமீபத்தில் ஒரு சிறுமி வெள்ளை யூனிபார்ம் போட்டுக் கொண்டு வராமல் கலர் யூனிபார்ம் போட்டுக் கொண்டு வந்து விட்டாள் என்பதற்காக அவளை நாள் முழுக்க வெயிலில் நிற்க வைத்திருக்கிறார்கள். ஏற்கனவே உடம்பு சரியில்லாத அந்தப் பெண் மயக்கம் போட்டு விழுந்து அங்கேயே தன் உயிரை விட்டிருக்கிறாள். ஆண்டவனே, இந்தச் செய்தியைப் படிக்கும்போதே குலை நடுங்குகிறது.

இதற்குச் சிலநாட்களுக்கு முன்பு இதே போலத்தான் வேறொரு ஊரில் ஏதோ காரணத்திற்காக சிறு குழந்தையை அடித்து அது உயிரைவிட்ட செய்தியைப் படித்தோம்.

நாம் அனைவரும் அறிந்த கொடுமை சிறுமி தனம், பள்ளியில் பொதுவாக எல்லோரும் குடிக்கும் தண்ணீரைக் குடித்து விட்டாள் என்பதற்காக அவள் கண்ணையே குருடாக்கிய கதை.

பொதுவாகவே நம்முடைய சமுதாயத்தில் அடித்துத் திருத்துவது, பயமுறுத்துவது, கண்டிப்பாக இருப்பது இவையெல்லாம் பாரம்பரியமாக கடைபிடிக்கப்பட்டு வந்த விஷயங்கள். வீட்டில் பெரியவர்கள் முன் நின்று கூட பேச மாட்டார்கள். சிறு தவறுக்கும் அடி பின்னி விடுவார்கள். இதே மனப்பான்மை பள்ளியிலும் நிலவியது. இன்றுவரை பல இடங்களில் இப்படித்தான் நடந்து கொண்டும் இருக்கிறது. அதற்கு உதாரணங்கள்தான் நான் மேலே சொன்ன சம்பவங்கள்.

இந்த மனப்பான்மை சரியா என்பதை இந்தக் காலத்தில் பார்க்க வேண்டும். எல்லோருக்கும் ஒரு குழந்தை என்ற காலம் வந்து விட்டது. குழந்தைகளைப் போற்றிப் போற்றி

மஞ்சுளா ரமேஷ்

வளர்க்கிறோம். 'சைல்ட்சைகாலஜி' என்பதாக குழந்தை மனோஇயல் வளர்ந்து விட்டது. அவர்களுக்கு 'ஐக்யூ' அதிகம். விஷயங்களைத் தெரிந்து கொள்ளும் வாய்ப்புக்கள் பெருகி விட்டன. நான்கு வயதுக் குழந்தையும் உலகம் முழுக்க உள்ள செய்திகளை எல்லா சேனல் களிலும் கண்கொட்டாமல் பார்க்கிறது.

ஒவ்வொருவரும் தங்கள் கண்மணிகளை நேசத்தோடு, பாசத்தோடு வளர்க்கிறார்கள். அப்படி வளர்க்கப்படும் குழந்தைகளை 'பனிஷ் மெண்ட்' என்ற பெயரில் பள்ளியில் காவு கொடுப்பதா? என்ன அநியாயமாக இருக் கிறது.

பள்ளியில் கூட குழந்தைகளை அடிப்பதும், அளவுக்கதிகமாக தண்டனை கொடுப்பதும் மிகமிகத் தவறு. குழந்தைகளை பயத்தில் நடுங்க வைத்து, கண்டிப்பையும், பாடத்தையும் சொல்லிக் கொடுத்தது என்பது அந்தக் காலம். இப்போது நிலைமை மாறிவிட்டது. அவர்களை அன்பால் அரவணைத்து சுவாரஸ்யமான முறையில் பாடம் சொல்லிக் கொடுத்தாலே போதும். தவறு செய்கிறார்களா, 'சுரீர்' என வார்த்தையால் சொன்னாலே அந்தப் பிஞ்சு உள்ளங்கள் துவண்டு விடும். பிறகு தவறு களை அவை செய்யாது.

தனம் போன்ற குழந்தைகள் தவறே செய் யாமல் தண்டனைகள் பெற்றன. சில குழந் தைகள் தவறு செய்யலாம். அதற்காக அள வுக்கு அதிகமாகத் தண்டிக்க இவர்களுக்கு என்ன உரிமை இருக்கிறது?

அருமைப் பெற்றோர்களே, குழந்தைகளு டன் உரையாடுங்கள். பள்ளியில் என்னவெல் லாம் நடக்கிறது என்பதை அவர்களிடம் விசாரி யுங்கள். இதுபோன்ற கொடுமைகள் நடைபெறு கின்றன என்று தெரிந்தால் சும்மா இருக்காமல் முதலிலேயே, முளையிலேயே கிள்ளி எறிவது தான் சிறந்தது. பிறகு எதற்கு பேரன்ட்ஸ்- டீச்சர்ஸ் அசோசியேஷன் இருக்கிறது?

எனக்கு ஒரு விஷயம்தான் புரியவில்லை, இப்படிப்பட்ட தண்டனைகளைக் கொடுக்கும் ஆசிரியர்களும் கல்யாணமாகிக் குழந்தை களைப் பெற்றவர்களாகத்தானே இருப்பார் கள்? இவர்கள் குழந்தைகளை இந்த மாதிரிச் செய்வார்களா? ஒரு சிறு பிஞ்சு துடிக்கத் துடிக் கத் தன் கண்ணெதிரே உபாதையை அனுப விப்பது மனிதக் கண்கள் எப்படிப் பார்த்துச் சகிக்கின்றன? இந்தக் கொடுமையை அவர் களால் எப்படிச் செய்ய முடிகிறது?

அதே போலத்தான் போலீஸ் கொடுமையும். சமீபத்தில் ராமேஸ்வரம் காவல் நிலையத்தில் இரு பெண்களுக்கு நடந்த கொடுமைகளைப் பற்றி நீதிபதி விரிவாகத் தன் தீர்ப்பில் சொல்லியிருப்பதைப் படித்திருப்பீர்கள். மிருகத் தனமாக அவர்கள் நடத்தப்பட்டிருப்பதைப் படிக்கும்போதே, நெஞ்சு நடுங்குகிறது. இங்கு என்றில்லை தமிழகத்தில் பல இடங்களில் இப்படிப் பட்ட அராஜகங்கள் நடந்து கொண்டு இருக்கின்றன.

இவர்களெல்லாம் மனிதர்கள்தானா என எத்தனை முறை கேட்பது என எனக்கே புரி வில்லை. போலீஸ்காரர்கள் எல்லோரும் குடும் பஸ்தர்கள்தானே? தாய், மனைவி, குழந்தைகள் என இருக்காதா? அவர்கள் மனதில் கருணை என்பதே இருக்காது? ஒரு கைதியைச் சித்ர வதை செய்யும் போது அவர்கள் மனது கொஞ் சம் கூட சலனப்படாதா?

நினைத்து நினைத்து எனக்கு ஆறவேமாட் டேன் என்கிறது. செய்தித்தாள்களிலும், மற்ற விதமாகவும் உலகம் முழுக்க இந்த மாதிரி ஒரு கொடூரமான நிலை இருப்பதைப் படிக்கும் போது நாம் பூலோகத்தில்தான் இருக்கிறோமா எனச் சந்தேகம் வருகிறது. இந்தக் கட்டுரையில் ஆரம்பத்தில் சொன்ன உணர்வுகளெல்லாம் பொங்குகின்றன.

பூமியைப் படைத்தது மனிதன் வாழ்வதற் காக. மனிதனின் வாழ்க்கை அன்பில், நேசத் தில் பூர்த்தியடைகிறது. நரகலோகத்தைப் பற் றிப் பெரியவர்கள் சொல்லுவார்கள். அங்கே கிங்கரர்கள், ஈவு இரக்கமற்ற பாவிகள் இருப் பார்கள் என்றும், அவர்கள் பாவம் செய்த மனிதர்களை [கவனியுங்கள், அவர்கள் கூட பாவம் செய்த மனிதர்களைத்தான்] எண் ணெய்க் கொப்பரையில் போட்டுக் கொதிக்க வைப்பார்கள், இன்னும் பல வகைகளில் சித்திர வதை செய்வார்கள் என்றும் சொல்வார்கள்.

நம் பூவுலகம் அன்பின் வழியது. கடவுள் பூவையும், நதியையும், மலைகளையும், கண்ணுக் குக் குளிர்ச்சியான எத்தனையோ உயிரினங் களையும் படைத்து இன்பமாக அன்பாக வாழ அனுப்பி வைத்தான். ஆனால் இங்கே இருக் கும் சில கிங்கரர்கள் பூவுலகை நரகலோகமாக மாற்றிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

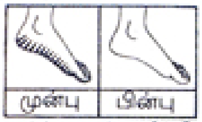
அதற்கு இடங்கொடுக்காது அன்பை இந்த உலகில் மீண்டும் வெற்றிபெறச் செய்ய வேண்டியது நம் கடமையல்லவா?

இந்த இதழ் அட்டையை அலங்கரிக்கும் தம்பதிகள் ஆற்காடு இளவரசர் நவாப் முகமது அலியும், அவரது துணைவியார் திருமதி சயிதாபேகமும். வண்ணப்படம் : சுரேஷ்


இல்லதரசிகளுக்கு புதிய துணை
சமையல் கலையில் திருப்புமுனை
மில்க் பாய்லர், இட்லி குக்கர்,
வாட்டர் ஃபில்டர், குழிகரண்டி
எல்லாம் தந்திடும்
Murugan
முருகன் மெட்டல் என்றாலே
முகம் மலரும் தன்னாலே
Murugan
முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ்
21, பொன்னப்ப செட்டி தெரு, சென்னை-3.
போன்: 582182

வெடிப்புகளிலிருந்து விடுதலை பெற்று, பாதங்கள் மீண்டும் அழகுறும் - 14 நாட்களில்

வெடிப்புகள் எவ்வளவு அருவருப்பாக மற்றும் வலிப்பூட்டுவதாக உள்ளன. கோல்ட் க்ரீம் மற்றும் ஜெல்லி மிகக் குறைந்த காலத்திற்கே ஆறுதல் அளிக்கவல்லது. ஆனால், மனம் தளர வேண்டாம். இப்போது உள்ளது தனிச்சிறப்பாக தயாரிக்கப்பட்ட புதிய க்ராக் க்ரீம். இதன் சிறப்பான ''ஈ ஹெச்'' (எமோலியண்ட் ஹீலர்) ஃபார்முலா மற்றும் இதில் கலந்துள்ள அரிய மூலிகைகள் வெடிப்புகளில் ஆழ்ந்து ஊடுருவிச் சென்று உங்களுக்கு உடனடி ஆறுதல் அளிக்கிறது. 14 நாட்களில் * நீங்கள் பூரண குணம் பெறுகிறீர்கள். உங்கள் பாதங்களும் அவ்வாறே பொலிவுடன் விளங்குகின்றன எவ்வாறு உங்கள் அழகான முகம் விளங்குவதுபோல். * க்ராக் க்ரீம் தினமும் 3 முறை தடவுங்கள். இதைத் தடவியபின் 15 நிமிடங்கள் வரை உலரவிடுங்கள்.

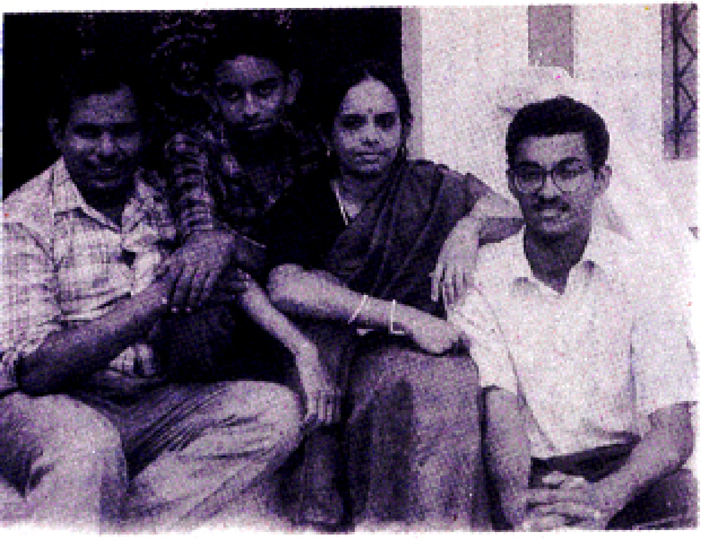




க்ராக் ஆண்டிசெப்டிக் க்ரீ



ஹவுஸ்-ஹஸ்பெண்ட் எனச் சொல்லிக் கொள்வதில் என்ன தவறு



• டாக்டர் மாணிக்கவாசகம் குடும்பத்தினர்

அறுபது வயதைக் கடந்த தோற்றம். எப்போதும் கையில் ஒரு புத்தகத்துடன் அமைதியாக படித்துக் கொண்டிருப்பார். இரவு நேரங்களில் பிரபல மருத்துவரான தன் மனைவி நோயாளிகளையெல்லாம் பார்த்து முடித்துவிட்டு வரும்வரை புத்தகத்தில் ஆழ்ந்திருப்பார். யாரேனும் தெரிந்தவர்கள் அருகில் வந்து பேசக்கொடுத்தால் உற்

சிவானந்தம் இரயில்வேயில் உயர் அதிகாரியாகப் பணியாற்றிக் கொண்டிருந்த போதுதான் டாக்டர் வசந்தாவை மணந்து கொண்டு இருக்கிறார். ஹைதராபாத்தில் குடித்தனம். மகன் பிறந்தான். அந்தச் சமயத்தில்தான் வசந்தாவை லண்டனில் சென்று எம்.ஆர்.ஜி.ஓ. உயர்படிப்புப் படிக்கலாமே என்று ஆலோசனை சொன்னதுடன் அதற்காக அனைத்து ஏற்பாடுகளையும் கவனித்து இருக்கிறார். மகன் சின்னக் குழந்தையாச்சே என வசந்தா தயங்கியபோது,

"நீ முதலில் போ. நான் என்னதான் பார்த்துக் கொண்டாலும் அம்மா இல்லாமல்

மங்கையர் மலர்

பிப்ரவரி '96

இதழ்

ஆண்டு மலர்

அன்பு வாசகிகளே...

செய்தார்" என்றார் வசந்தா.

மனைவி படிப்பை முடித்து அங்கே சில நாட்கள் வேலை பார்த்தபோது தான் மட்டும் குழந்தையுடன் இந்தியா திரும்பியவர் தன் பணியைத் தொடர்ந்தார். பிறகு டாக்டர் வசந்தாவும் தாயகம் திரும்பி ஆங்காங்கே மருத்துவமனைகளில் பணிபுரிந்து கொண்டிருந்தார். தற்போது மகன் வளர்ந்து மணமுடித்து வெளிநாடு போய் விட்டார். சிவானந்தம் அரசுப்பணியில் இருந்து ஓய்வு பெற்றுவிட்டார். உயர்படிப்பு, இத்தனை நாளின் அனுபவங்களோடு சேர்ந்து தன் முழுத்திறமை வெளிப்பட தற்போது டாக்டர் வசந்தா சிவானந்தம் 'கைனகாலஜிஸ்ட்'- மகளிர் சம்பந்தப்பட்ட மருத்துவத்துறையில் கொடிகட்டிப் பறக்கிறார். தமிழ்நாடு மருத்துவமனை 'கைனகாலஜி' பிரிவின் 'சேர்பெர்சன்' இவர்தான். தற்போதும் தன் மனைவிக்குக் கைகொடுக்க இந்தக் கணவர் தவறவில்லை.

"சிலபேர் கூட என்னைக் கேட்டாங்க, என்ன இப்ப ரெண்டுபேருக்கும் வயசாச்சு, சும்மா 'அக்கடா'ன்னு இருக்க வேண்டியதுதானேன்னு. ஆனா இப்ப என் மனைவி முழு திறமையோட வேலை செய்யறாங்கன்னா அதை நான் ஏன் தடை பண்ணணும்? நான் இப்போ என் மகன், மனைவியின் வருமானங்களின் கணக்கு வழக்குகளை பார்த்துக் கொள்கிறேன். பேங்க் கணக்குகள், வீட்டுப் பொறுப்புக்கள் அத்தனையையும் பார்த்துக்கறேன்.

நான் 'போலி கௌரவத்தால் ஒதுங்கி இருந்துட்டு இந்த அக்கவுண்ட்டையெல்லாம் பார்க்க நாலுபேரை 'அப்பாயின்ட்'பண்றதாலே என்ன லாபம் இருக்கு! எங்களுடைய வீட்டுப் பொறுப்புக்களை நான் பார்த்துக்கறதுல என்ன தவறு?

இதையே ஒரு கணவன் தன் தொழிலில் கொடிகட்டிப் பறக்கும்போது அவங்க மனைவி இதையெல்லாம் பார்த்துப்பாங்க. கேட்டா "நான் ஜஸ்ட் ஹவுஸ் வொய்ஃப்தான். வீட்ல சும்மாதான் இருக்கேன்" ம்பாங்க. வேலைக்குன்னு படி இறங்கிப் போய் வர்றதுதான் கௌரவமானதுன்னு நம்ம சமூகத்தில் நினைக்கிறாங்க. ஆனா நான் என்னை 'ஹவுஸ்- ஹஸ்பெண்ட்'ன்னு சொல்லிக் கிறதைக் கூட பெருமையாத்தான் நினைக்கிறேன்.

பழைய நினைப்புகளின் காலகட்டத்தையெல்லாம் தாண்டி வந்துட்டோம். இப்போ திறமை இருக்கிற ஒரு நபர் ஒரு காலகட்டத்துல முன்னுக்கு வர்றாங்கன்னா அதுக்குக் குடும்பத்திலே இருக்கிற மத்தவங்க உற்சாகப்படுத்தணும். ஒத்தாசையாகவும் இருக்கணும். இதிலே கணவன்-மனைவிங்கற பேதத்திற்கே இடமில்லை. என் மனைவி ஒரு பெரிய மருத்துவமனையில் பொறுப்பான பதவியில் இருந்து மருத்துவ சேவை செய்கிறாள் என்பது எனக்கும் பெருமைதானே?" என்றார்.

அப்படியும் சிவானந்தம் சில புத்தகங்களை எழுதவேண்டும் என்பதில் தீவிரமாக இருக்கிறார். அதற்கான ஆராய்ச்சிக் குறிப்புக்களைதான் எடுத்துக் கொண்டு இருக்கிறாராம்.

வளரும் தலைமுறை ஆண்கள் இவரிடமிருந்து கற்றுக்கொள்ள வேண்டியது நிறைய இருக்கிறது.

– புவனா

'சகலகலாவல்ல' கணவர்!

எங்கள் திருமணம் ஒரு காதல், கலப்புத் திருமணம் (1974). ஆனால் இரு பெற்றோர்களின் சம்மதத்துடன் தான் திருமணம். சாதாரண நடுத்தர குடும்பத்துப் பெண்ணான என்னை அவர் ஒரு டாக்டராயிருந்தும் வரதட்

...பல சுவையான பயனுள்ள கதைகள் கட்டுரைகளுக்குக் காத்திருங்கள்!

T.S.S. NIDHI LTD.

ESTD 1973

THIRUMYLAI SASWATHA SAHAYA NIDHI LIMITED

Regd. Off.: 230, R.K. Mutt Road, Mylapore, Madras - 600 004 Ph.4942303/4943365

BRANCHES		
	THIRUVANMIYUR	: 112, Thiruvalluvar Salai, Kamaraj Nagar, Madras-41 Ph. 410058
	TONDIARPET	: 667, T.H.Road, Madras-81 Ph.5950472
	SAIDAPET	: 11, Jones Road, Madras, -15 Ph.4851468

FIXED DEPOSIT SCHEME

Period (Months)	12	24	36	60
Rate of Int. P.A.	17%	18%	19%	20%

KARPAGA VIRUTCHAM DEPOSIT SCHEME

(Re-Investment Plan) For Deposit of **Rs.1,000/-**

Period (Months)	12	24	36	45	67
Maturity Value Rs.	1190	1425	1760	2025	3025

SENIOR CITIZEN DEPOSIT SCHEME

Minimum Deposit **Rs.10,000/-**

Period **12 Months**

Interest payable Monthly **19.5%** p.a

Interest payable Annually **21%** p.a

(APPLICABLE FOR AGED PERSONS ABOVE 55 YEARS, PENSIONERS, HANDICAPPED, WIDOWS, REGD. EDUCATIONAL AND CHARITABLE ORGANISATIONS)

T.S.S. SPECIAL DEPOSIT SCHEME

For Deposit of Rs.10,000/-

Period (Months)	Maturity Value
120	Rs.66,000
180	Rs.1,82,000

RECURRING DEPOSIT SCHEME

MONTHLY DEPOSIT RS.100/-

Period in Months	12	24	36	48	60	72
Maturity Value Rs.	1310	2850	4650	6710	9050	11,580

SAVINGS DEPOSIT SCHEME 9% P.A.

BUSINESS HOURS

	Week Days		Sunday	Holiday
Regd. Office Mylapore	9.00 to 12.30	2.00 to 4.30	9.00 to 12.30	Friday
Branch Offices	9.00 to 12.30	2.00 to 4.30	9.00 to 12.30	Tuesday

HIGHLIGHTS

* Recognised as a NIDHI COMPANY by Central Government of India.
* **Company is in 23rd year of service.**
* Transaction with members only. (Rupees two only for membership)
* Premature repayment facility as per terms and conditions.
* Monthly interest Warrants would be despatched in advance for the year of Deposits.

LOANS

A) Jewel loans granted on Gold ornaments at Rs.300/- per gm. (Rs.2400/- per 8 gms.)

* No Ceiling
* No Charges
* No Interest Tax
* Recurring Deposit not required
* **Your Jewels are insured at our cost.**

B) Property Mortgage Loans granted on RD basis within Madras city limits.

P.S. SAMBASIVAM
Secretary

G.KUMARAVELU
Vice-President

K.R.V. RAMANI
President



சணை, நகை எதுவும் வற்புறுத்தாமல் பல தடைகளையும் மீறி மணந்தவர். என் தந்தை மறைவுக்குப் பின் வேறு குழந்தைகளில்லாத (நான் ஒரே பெண்) என் தாயையும் தன் தாயைப் போல் எங்களுடனேயே இருக்க சம்மதித்து இன்றளவும் அன்புடன் நடத்து கிறவர்.

என் கணவருக்குப் பலப்பல திறமைகள் உண்டு. கல்லூரி நாட்களிலேயே ஓவியம், சிற்பம் முதலிய பல செய்து பாராட்டுப் பெற்றவர். இன்றும் ஓவியம், சிற்பம் முதலியவைகளில் திறமையை வெளிப்படுத்துகிறார். அவருக்குத் தையற்கலையும் தெரியும். சென்ற வருடம் என் பிறந்த நாளுக்கு முதல்நாள் தான் வாங்கிவந்த என் புடவைக்கு ஒரே இரவில் தானே பிளவுஸ் தைத்துக் கொடுத்து விட்டார். பைக், கார் மெக்கானிசம் தெரியும். கூடுமானவரை எங்கள் பைக், கார் இரண்டுமே மெக்கானிக் ஷெட்டுக்குப் போகாது.

எங்கள் வீட்டை வடிவமைத்த டிசைனர், ஆர்க்கிடெக்ட் என் கணவரே. எங்கள் வீட்டில் பதித்துள்ள ஒரு கண்ணாடியைச் சுற்றியுள்ள கலை வேலைகள் யாவையும் தானே கொத்தனார் போல் உட்கார்ந்து செய்து முடித்தார்.

இப்படிப் பலவும் போதாதென்று புகைப்படக் கலையிலும் மிகுந்த ஆர்வமும், திறமையும் உண்டு. இதயம் நல்லெண்ணெய் கணவன் போல் சமயத்தில் சமையலறையிலும் புகுந்து அசத்துவதும் உண்டு. எங்கள் இல்லத்திற்கு வரும் நோயாளிகளும் சரி, உறவினர், நண்பர்களும் சரி அனைவரும் கேட்பது "எப்படி டாக்டர் இவ்வளவுக்கும் உங்களுக்கு நேரம் கிடைக்கிறது!" என்று வியப்பதுதான். இவ்வாறெல்லாம் நான் எழுதியிருப்பதைப் படித்துவிட்டு ஏதோ ப்ராக்டீஸ் இல்லாத டாக்டர் என்று நினைத்து விடாதீர்கள்.

தென்சென்னையில் நன்கு பிராக்டீஸ் செய்து கொண்டிருக்கும் பிரபலமான ஒரு குழந்தை நல மருத்துவர்தான் என் கணவர் திரு. மாணிக்கவாசகம் அவர்கள். அத்துடன் அரசு மருத்துவ மனையில் குழந்தைகள் நலப் பிரிவில் விரிவுரையாளரும் கூட. நான் இவரின் பல முகங்களுக்கு ஈடுகொடுக்க முடியாமல் பல சமயம் திணறுவதுண்டு. இந்தியாவிலேயே அதிகமான ஆண்களுக்கான கருத்தடை ஆபரேஷன் செய்து முன்பே பரிசு வாங்கியிருக்கும் என் கணவர் இரு குழந்தைகளுக்குப் பின் (பெண்களை ஆபரேஷன் செய்து கொள்ளச் சொல்லும் இந்நாட்களில்) என்னை ஆபரேஷன் செய்து கொள்ளச் சொல்லாமல் தான் செய்து கொண்டார்.

மங்கையர் மலருக்கு டாக்டரின் செய்தி...

மகப்பேறு பெற்ற பெண்டிர்கள் சாதாரண பிரசவமானால் பிறந்த 2 மணி நேரத்துக்குள்ளும், சிசேரியன் பிரசவமானால் பிறந்த 8 மணிக்கு முன்னரும் குழந்தைக்கு முதல் தாய்ப்பால் கொடுக்க ஆரம்பிக்க வேண்டியது மிக்க அவசியம். இதுவே ஒரு சிறந்த தடுப்பு மருந்தாகும். தாய்ப்பால் கொடுக்க ஆரம்பிக்கு முன்னர் சர்க்கரை தண்ணீரோ, வேறு பாலோ கொடுக்க வேண்டாம்.

பால் கொடுக்கும்போது கை விரல்களை கத்திரி மாதிரி (ஆண்கள் சிகரெட் பிடிப்பது போல்) வைத்துக் கொண்டு மார்பைப் பிடித்து குழந்தைக்குப் பால் கொடுப்பது தவறு.



மார்பை பெருவிரல் மற்றும் ஆட்காட்டி விரல்களை வளைவாக 'C' மாதிரி ஆக்கிக் கொண்டு மார்பை அடியிலிருந்து தூக்கி கொடுப்பதுதான் சரியான முறை.



பிறந்த குழந்தையை தொட்டிலில் தனியாக போடாமல் தாயின் பக்கத்திலேயே அணைப்பாக போட்டுக்கொள்ள வேண்டும். குறிப்பாக சிசேரியன் செய்து கொண்ட தாய்மார்கள் இதனைக் கட்டாயம் கடை பிடிக்க வேண்டும்.

— லக்ஷ்மிமாணிக்கவாசகம்

FPO
8196

கிரான்மாஸ்

ஊறுகாயின்

பொங்கல் பரிசு மழை

100% சரியான அளவு

120% தரம்



150% சுவை

200% திருப்தி

ரூ. 10,000 மொத்த பரிசுத்தொகை

14 வகையான ஊறுகாய்கள்

பரிசுத் திட்டம்

திட்டம்	நபர்களின் எண்ணிக்கை	பரிசுத் தொகை	விநியோகஸ்தர்களுக்குண்டான பரிசுத்தொகை	கடைக்காரர்களுக்குண்டான பரிசுத்தொகை
முதல் பரிசு	1 நபருக்கு	ரூ. 2500	ரூ. 1000	ரூ. 500
இரண்டாம் பரிசு	2 நபர்களுக்கு	ரூ. 1500 விதம்	ரூ. 500விதம்	ரூ. 250விதம்
மூன்றாம் பரிசு	3 நபர்களுக்கு	ரூ. 500விதம்	ரூ. 500விதம்	ரூ. 250விதம்

இப்பரிசுப்போட்டியில் பங்கு கொள்வதற்குண்டான விதிமுறைகள் :-

1. உங்கள் பெயர், வயது, முகவரி மற்றும் கடையின் முகவரி.
2. கிரான்மாஸ் ஊறுகாய் பாட்டில் மூடியின் உட்புறத்தில் உள்ள வெள்ளை நிற கார்க்கை உங்கள் முகவரியுடன் இணைத்து மறக்காமல் அனுப்பவும்.
3. நீங்கள் எதற்காக கிரான்மாஸ் ஊறுகாயை விரும்புகிறீர்கள் என்பதை 10 வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் எழுதி அனுப்ப வேண்டும்
4. இத்திட்டத்தில் கிரான்மாஸ் போஜன் ப்ராடக்ட் கம்பெனியில் பணிபுரிபவர்கள், விநியோகஸ்தர்கள் மற்றும் கடைக்காரர்கள் (பங்கு பெற இயலாது) சேர்த்துக் கொள்ளப்படமாட்டாது.

● பரிசுபெற்ற அதிர்ஷ்டசாலிகள் தபால் மூலம் அறிவிக்கப்படுவர்.

உங்கள் முகவரி மற்றும் வெள்ளை நிற கார்க்கை இணைத்து மறக்காமல் எங்களுக்கு அனுப்புங்கள்!
பரிசுகளை வெல்லுங்கள்!!

SALES MANAGER :
GRANMAS BOJJAN PRODUCTS
66, Sriramapuram, 3rd St., SRIRANGAM,
TRICHY - 620 006. Ph : 433348

SALES MANAGER :
GRANMAS BOJJAN PRODUCTS
No.2, Pushpa Nagar Main Road, Lake Area,
NUNGAMPAKKAM, MADRAS - 600034 Ph : 8280002

தமிழ்நாடு மற்றும் கர்நாடக மாநிலங்களுக்கு விநியோகஸ்தர்கள் உடன் தேவை.

AA/JA/1

பேரன்களை இப்படி வளர்க்கிறேன்!

என் மகன்கள் வளர்ந்த காலத்தில் வீட்டில் பெற்றோரும், பள்ளியில் ஆசிரியர்களும் சமூகத்தில் பெரியவர்களும் சொல்லித்தரும் விஷயங்கள், நெறிமுறைகள் தவிர வேறு எதுவும் அவர்களுக்குத் தெரியாது. ஆனால் இன்றோ பல்வேறு திசைகளிலிருந்து (பெரும்பாலும் தீய) சக்திகள் அவர்களைப் பாதித்துக் கொண்டே இருக்கின்றன. இந்நிலையில் நாம்தான் அவர்களுக்குச் சரியாக வழிகாட்ட வேண்டும்.

என் பேரன்களை வளர்ப்பதில் மூன்று விஷயங்களில் நான் கவனம் செலுத்தியுள்ளேன். ஐந்து வயதுக்குள் அவர்களுக்கு இதிகாச, புராணங்களிலிருந்து சுவாரசியமான கதைகள் அனைத்தையும் தேர்ந்தெடுத்து அன்றாடம் தூங்கப் போகுமுன் சொல்லி வந்தேன். புலவர் கீரன், "மூன்று மாத, ஆறு மாத குழந்தைகளையும் என் பிரவசனத்துக்கு அழைத்து வாருங்கள். ஒன்றும் தெரியாத அந்நிலையிலேயே நல்ல சப்தம் அவர்கள் காதில் விழவேண்டும்" என்பார். அதன்படி, மற்ற குழந்தைகளைப் போலவே அவர்கள் மாமிச மலைகளின் மல்யுத்தம், காட்டுக் கூச்சல் 'ராப்' பாடல்கள், வலிப்பு நடனங்களை ரசிக்கிறார்கள் என்றாலும், இதற்கும் அழைத்துக் கொண்டு போனேன். இதிகாச, புராண புருஷர்களிடம் அவர்களுக்கு ஏற்பட்டுள்ள பக்தி ஆழமானது. நிரந்தரமானது. வாழ்க்கை முழுவதும் அது அவர்களுக்குப் பயனளிக்கும்.

அடுத்து குழந்தைகளுக்கு (நமக்கும்தான்) 'க்விஸ்', புதிர் வேடிக்கைக் கணக்குகளில் ஆர்வம் அதிகம். நகரத்தில் அவர்கள் தங்கியிருக்கும் பல மாடி அடுக்குக் காலனி ஒரு தனி 'காஸ்மாபாலிட்டன்' நகரம் எனலாம். பல மொழிகள் பேசும் குடும்பங்கள், ஆண்கள், பெண்கள், முதியோர், இளைஞர், கலை, விளையாட்டுக்கென அதில் தனித்தனி மன்றங்கள் போலவே குழந்தைகளுக்கென்றே 'க்விஸ்', பொழுதுபோக்கு, விளையாட்டுக்கென தனித்தனி கிளப்கள் துவக்கியுள்ளோம். குறிப்பாகப் பல மொழிப் பத்திரிகைகளிலிருந்து திரட்டிவந்து அவர்கள் சொல்லும் தகவல்கள், புதிர்கள், தந்திரக் கணக்குகள் பெரியவர்களுக்கே சவாலாகவும், சுவாரசியமாகவும் இருக்கும். வளர்ந்தபின் அவர்கள் எத்துறை சிறப்புப் பாடப்பிரிவில் சேர்ந்தாலும் பாடப் புத்தகங்களுக்கப்பால் தகவல்களைத் தேடி அறியும் ஆர்வத்தை ஏற்படுத்தி முன்னேற இப்பயிற்சி உதவும் என்பது நிச்சயம்.



மகனுக்கும், மருமகளுக்கும் காலை முதல் இரவு வரை ஓயாத வேலை. சில எளிய விஷயங்களை முதியவர்கள்தான் சொல்லித்தர வேண்டும் என்று நம்புகிறேன். பொருள்களை அந்தந்த இடங்களில் வைத்து, தேடாமல் அலையாமல் எடுத்தல், ஷூ சாக்ஸ் உள்பட ஆடை சுத்தம், விருந்தினரை வரவேற்பது, பணிவுடன் உரையாடுவது, வழியனுப்புவது, அஞ்சல், இரயில்வே, மின்சாரம், வங்கித்துறை சம்பந்தப்பட்ட படிவங்களை எப்படிப் பூர்த்தி செய்வது போன்ற நடைமுறை வாழ்க்கைக்குப் பயன்படும் விஷயங்களைச் சொல்லித் தருகிறேன்.

அவர்கள் வளர்ப்பில் என் பங்குக்கு இவை சில ஆக்கபூர்வமான முயற்சிகள்.

— எஸ். சரோஜினி

தானே முன்னின்று எதையேனும் சாதிக்க வேண்டும் என்ற ஆர்வத்தில் 'செண்பகம் சில்க்ஸ்' ஆரம்பித்துத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட வண்ணங்களில் புடவைகளை விற்பனை செய்யும் திருமதி ஜம்பகா ராமசாமியைப் பற்றி ஏற்கனவே வெளியிட்டிருந்தோம். அவர் அப்போதே சொல்லியிருந்தார், "நான் உங்க வாசகிகளுக்கு ஏதேனும் பரிசுகள் தர விரும்புகிறேன். சொல்லுங்களேன்," என்று சமீபத்தில் அவருடைய மற்றொரு ஆசையான

மங்கையர் மலர் & செண்பகம் சில்க்ஸ்

வழங்கும்

வாழ்வின் வண்ணங்கள்

- பட்டுப் புடவைகள் பரிசுப்போட்டி!

'எளிய பெண்களும் பட்டுப்புடவை வாங்க வேண்டுமெ'ன்பதற்காக சீட்டு ஆரம்பிக்க வேண்டும் என்று நினைத்ததையும் செய்திருக்கிறார். குறைந்தபட்சம் மாதம் இருநூறு ரூபாய் கட்டி, சீட்டு விழுந்தால் பிறகு பணம் கட்டாமல் புடவை வாங்கிக் கொள்ளலாம் என்று அமைத்திருக்கிறார். அதனைப் பற்றிப் பேசிக் கொண்டிருந்த போதும் மீண்டும் வற்புறுத்தினார், "நான் உங்க வாசகிகளுக்குப் புடவைகள் பரிசு தர்றேனே" என்று. அப்புறம் தான் இந்தத் திட்டம் உதயமானது.

புடவை சம்பந்தமாக (அது எந்தப் புடவையாக இருந்தாலும் சரி) எத்தனையோ நிகழ்ச்சிகள் நம் வாழ்வில் நடந்திருக்கும். அதில் நவரஸங்களை எடுத்துக்

கொண்டு அந்த உணர்வு சம்பந்தமாக நடந்த சம்பவங்களை ஒவ்வொரு மாதமும் போட்டியாக வைக்கிறோம். (நவரஸம் என்றால் சரியாக இலக்கியத்தில் வரும் நவரஸம் இல்லை. ஒன்பது விதமான உணர்வுகள், அவ்வளவுதான்)

இந்தமாத உணர்வு—

ஆச்சர்யம்!

* இந்தப் போட்டி ஒன்பது மாதங்கள் நடைபெறும்.

* ஒவ்வொரு மாதமும் போட்டிக்கு வரும் கட்டுரைகளில் மிகச் சிறந்த ஒன்று தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு ரூ.5000/- பெறுமானமுள்ள 'செண்பகம் சில்க்ஸ்' பட்டுப்புடவை ஒன்று பரிசாக அளிக்கப்படும்.

* இந்தப் போட்டிக்கான கட்டுரைகள் ஒரு பக்கத்திற்கு மிகாமல் இருக்க வேண்டும்.

* ஒருவரே எத்தனை கட்டுரை வேண்டுமானாலும் எழுதலாம்.

* கட்டுரையின் முடிவில் தெளிவாக தங்கள் பெயர், முகவரியைக் குறிப்பிட வேண்டும்.

* தபால் கவரின் மேல் 'வாழ்வின் வண்ணங்கள் கட்டுரைப் போட்டி' எனத் தவறாமல் குறிப்பிடவும்.

* முதல்மாதக் கட்டுரைகள் வந்து சேரவேண்டிய கடைசிநாள் 15.12.95.

* கட்டுரைகளைத் தபாலில் மங்கையர் மலர் முகவரிக்கும், தபாலிலோ (அ) நேரிலோ செண்பகம் சில்க்ஸ், 30, 1B லஸ் அவின்யூ, (நாகேஸ்வர ராவ் பார்க் பின்புறம்) மைலாப்பூர், சென்னை - 600 004 என்ற முகவரிக்கும் அனுப்ப வேண்டும்.

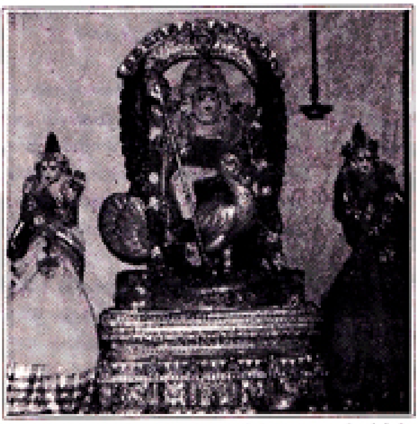
* கட்டுரை சம்பந்தமான கடிதப் போக்குவரத்தோ, திருப்பி அனுப்புவதோ கிடையாது.

* கட்டுரை சம்பந்தமான விதிகளை திருத்தவோ மாற்றவோ ஆசிரியருக்கு உரிமையுண்டு.

* பரிசுபெறும் கட்டுரைகளைப் பொறுத்தவரை ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.

கல்லிலே கலை வண்ணம் கண்டான் – தன் கண் பார்வை இழந்தாலும் காணும் விழி கொண்டான்

சிங்கார வேலவன் குடி கொண்டிருக்கும் மூன்று திருத்தலங்கள் சிக்கல் – நாகப்பட்டினத்திலிருந்து 10 கி.மீ. தொலைவில் உள்ளது. எட்டுக்குடி – நாகை – திருத்துறைப்பூண்டி பஸ்ரூட்டில் உள்ளது. எண்கண் – நாகை – தஞ்சை பஸ்ரூட்டில் கொடவாசல் எனும் சிறு ஊர் அருகே அமைந்துள்ளது. மூன்று தலங்களுமே தனிச் சிறப்பு வாய்ந்தவை. பாடல் பல பெற்றுப் போற்றப்பட்டவை. அத்துடன் மூன்றுமே ஒரு வரலாற்று ஒற்றுமை கொண்டவை இந்த மூன்று முருகன் சிலைகளுமே ஒரே சிற்பியால் ஆனால் வித்தியாசமான சூழ்நிலைகளில் வடிக்கப்பட்டவை. முத்தரசன் என்ற சோழ மன்னன் சிற்பியும் துறவியுமான சில்பா என்பவரிடம் சிக்கல் முருகனின் சிலையை வடிக்கக் கட்டளையிட்டான். அற்புதமாக வடிவமைத்தார் சிற்பி. அதே போன்ற இன்னொரு சிலை இனி எங்குமே செய்யப்படாமலிருக்க அந்தச் சிற்பியின் கட்டை விரலை வெட்டித் தரும்படிக் கேட்டுப் பெற்றான் மன்னன். ஆனால் அந்தச் சிற்பியோ, தன் பெருவிரல் போயும் கூட எட்டுக்குடி வேலவரின் சிலையைச் செவ்வனே செய்து முடித்தார். சீற்றம் கொண்ட அரசன் சிற்பியின் இரு கண்களையும் பறித்து விட்டான். அப்போதும் அயரவில்லை. அந்தச் சிற்பி ஒரு சிறுமியின் துணையுடன் 'எண்கண்' என்ற திருத்தலத்திலுள்ள முருகனையும் கல்லிலே அழகு சொட்ட வடித்தார். மனமானது தெய்வீக இன்பத்தில் திளைக்கும் போது வெளிப்புற அவயங்கள் இல்லாதது இறைவனை அணுகுவதற்கு தடையே அல்ல என்ற உண்மையை எடுத்துக் காட்டினார் அவர். அவரது பக்தியின் பெருமையைப் பறைசாற்ற எண்ணிய முருகன் இழந்த பார்வையை அவருக்கு மீட்டுக் கொடுத்தான். "எனது கண்கள்" என்ற பொருளில் இதனாலேயே இத்தலத்திற்கு 'எண்கண்' என்ற பெயர் வந்தது. முருகன் அருளால் சிற்பி பார்வை கிடைக்கப் பெற்றது அவரது ஞானக்கண்கள் முழுவதுமாய்த் திறந்ததை விளக்கவே. இன்றும் அந்தச் சிற்பியின் கைவண்ணம், பார்க்கவரும் பக்தர் கூட்டத்தைப் புளகாங்கிதமடையச் செய்கிறது. சிக்கலில் ஸ்கந்தசஷ்டி விழாவில் சூரசம்ஹாரத்தின் போது ஒவ்வொரு வருடமும் ஒரு விந்தையான நிகழ்ச்சி நடக்கிறது. சூரபத்மனை அழிக்கத் தன் அன்னை பராசக்தியிடம் வேல் வாங்கிச் சென்று சூரனை அழித்துத் திரும்புகையில் முருகனது நெற்றியிலே வியர்வை முத்துக்கள் அரும்புகின்றன. வெற்றியை அடைவதற்குத் தெய்வீக அருளுடன், வியர்க்க வியர்க்கச் செய்யும் விடாமுயற்சியும் இன்றியமையாதது என்ற உண்மையை ஞானம் தேடி ஓடி வருவோர்க்கு விளக்குவதற்கோ இது? சிற்பி எட்டுக்குடியில் வடித்த சிலை அத்துணை உயிர்த்துடிப்புடன் அமைந்து, வடித்து முடித்ததும் வியர்வை சிந்தியதாம். அத்துடன் முருகனின் வாகனமான மயில் பறக்க எத்தனித்ததாம். கூடியிருந்த ராஜாவும், மக்களும் மயிலை 'எட்டிப்பிடி' என்று கூச்சலிட அதுவே மருவி 'எட்டுக்குடி' என்ற பெயர் வந்ததென்பர். தைப்பூசம் கழிந்த மறுநாள் சிங்கார வேலவனும் ஆதிநாராயணப் பெருமாளும் ஒரே பந்தலில் அருள் பாலிக்கும் அரிய காட்சியினை எண்கண்ணில் காணலாம். இன்றும் இம்மூன்று திருக்கோவில்களிலும் நடக்கும் காண்பதற்கரிய இத்தகைய நிகழ்ச்சிகளைக் காண மக்கள் ஆயிரக்கணக்கில் திரள்கிறார்கள். சிக்கல், எட்டுக்குடி, எண்கண் என்ற இம்மூன்று கோவில்களுமே நமது முன்னோர் செய்த அருஞ்செயல்களுக்குச் சான்றாக நின்று கொண்டிருக்கின்றன. காலத்தைக் கடந்து இன்றைக்கும் பொருத்தமாக முயற்சி திருவினையாக்கும் என்று பறைசாற்றிக் கொண்டிருக்கின்றன. இந்தப் பாரம்பர்யத்தை வருங்கால சந்ததியினருக்காகப் பாதுகாத்து வழங்குவதில் ஹார்வெஸ்ட் தன்னாலியன்ற பணியினைச் செய்து வருகிறது. இதுபோன்ற வரலாறுகளை எழுதி அனுப்பினால் ஹார்வெஸ்ட் அவற்றை எந்தவித மத வேறுபாடுமின்றி வெளியிடத்தயாராக உள்ளது.



உ
லாபம்

ஹார்வெஸ்ட்

நிதி அந்தஸ்து

உறுதியான தொழில் உறவுகள்

பாதுகாப்பே எங்கள் வலிமை

அக்கறையுடன் சேவை

ஒவ்வொரு செயலிலும் நேர்மை

முழுமையான திட்டங்கள்

தேவைக்கேற்ப திட்டங்கள்

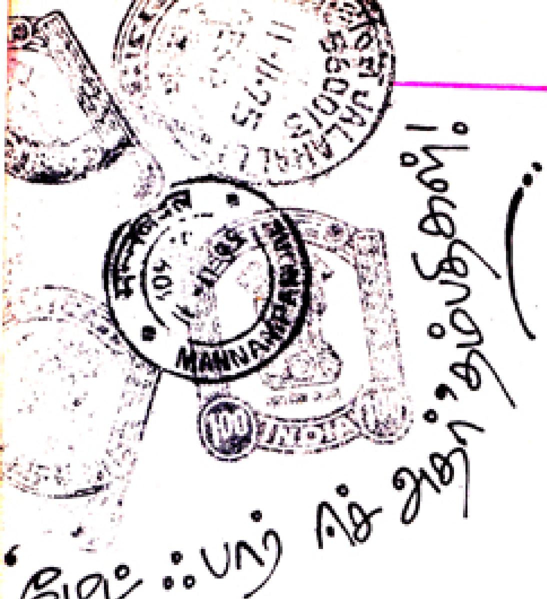
உறுப்பினர் சேவை மையங்கள்

வயது முதிர்ந்தோர் சங்கம்

மதிப்பைப் போற்றும் ஈடுபாடு

நல்லறிவுடன் நாணயம்

வாருங்கள்... முற்றிலும் வேறுபட்ட சிறந்த சேவையைப் பெறுங்கள்



☑ 'பெண்களின் பெயர்களுக்குப் பின்னால் மட்டும் அவர்களுடைய கணவர் பெயர் இல்லை. அவர்களின் சாதனைகளுக்குப் பின்பும் நிச்சயம் அவர்கள் இருக்கிறார்கள்' என்ற கருத்து நூற்றுக்கு நூறு உண்மை.
ஐயாறு வாசுதேவன், சென்னை - 14.

☑ ஆதர்ஸ தம்பதிகளைச் சிறப்பாகச் சித்தரித்திருந்தார், 'அந்தி நேரப் பூக்கள்' சிறுகதைப் படைப்பாளர். ஆதரவற்ற முதுமைப் பருவம் என்பது எத்தனை பயங்கரமானது என்பதைச் சிறப்பாக விளக்கியிருந்தார். பரஸ்பர கரிசனம், தனது இயலாமையால் தனக்கு நேரும் துன்பத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல் தன்னால் தனது வாழ்க்கைத் துணை படப்போகும் வேதனையை நினைத்து வருந்தும் சுயநலமின்மை என மனதைத் தொடும் வகையில் அமைந்திருந்தது.
பிரேமா சேதுநாராயணன், சென்னை - 15.

☑ வைத்த கண் வாங்காமல் பார்த்துக் கொண்டே இருக்கத் தோன்றும் அட்டைப்பட அழகிற்கும், அட்டைப் படத்தை அலங்கரித்துக் கொண்டிருக்கும் 'மேட் ஃபார் ஈச் அதர்' இளந்தம்பதியினருக்கும் முதலில் திருஷ்டி சுற்றிப் போடுங்கள்.
பூங்கோதை குப்புசாமி, சென்னை - 78.

☑ ஆன்மீகம், சமூக சேவை இவைகளில் ஆழ்ந்த ஈடுபாடு கொண்ட அருட்செல்வர் திரு ந. மகாலிங்கம் அவர்கள் சிறப்புக்களை அவரது திருமதி வாயிலாக அறிந்து மனம் நெகிழ்ந்தோம்.
த. சத்தியநாராயணன், சென்னை - 23.

☑ திருமதி மீனாட்சி கிருஷ்ணமூர்த்தியின், 'பிரச்னைகளைப் பேசித் தீர்த்துக் கொள்வது என்பது சில விஷயங்களில்தான் சரிவரும். பல விஷயங்களைப் பேசப் பேச புதிய பிரச்னைகள்தான் முளைக்கும்' என்ற கருத்து... இன்றைய இளைய ஜோடியினர் கற்றுக் கொள்ள வேண்டிய பாடமாகும்...
ராஜிராதா, திருச்சி - 14.

☑ பெண்கள் (மகளிருக்காக) மட்டுமே படிப்பதாக தவறாக நிலவி வந்த ஒரு வதந்"தீ"யை முறியடித்து, எங்கள் மங்கையர் மலர் ஆடவருக்கும் அது உண்டு என்று நிரூபிக்கும் வகையில் கணவர் சிறப்பிதழை வெளியிட்டு என் போன்ற "ஆடவர்"களை நெஞ்சுயர்த்தி நடை போடச் செய்த உங்களுக்கு ஒரு சபாஷ்!
த. சூர்யா, சிதம்பரம் - 1.

☑ "அலுவலகம் இல்லையென்றால், அலட்சியப்படுத்துகிறார்களா?" கட்டுரையில் சில பெண்மணிகள் தங்கள் கணவர்மார்களின், ஆண் ஆதிக்கத்தைப் பற்றி, மறைக்காமல், கூறிவிட்டு, பெயர், புகைப்படத்தைத் தவிர்த்து விட்டதைப் பார்த்த போது.... என்று தணியும்... இந்த ஆண் ஆதிக்கம்? என்ற வேதனை ஏற்பட்டது நிஜம்!
ராணி கோவிந்தகுமார், நீடாமங்கலம் - 7.

☑ பெயருக்குப் பின்னால் கணவர் பிரபலங்கள் பேட்டி கண்டேன் மிகவும் அருமை. இதைப் படிக்கும் கணவன்மார்களின் தாழ்வு மனப்பான்மை கண்டிப்பாக மறையும் என்பதில் ஐயமில்லை. வாழ்க்கைக்குத் தேவையான பாடங்களை இதன் மூலம் அறிந்து கொண்டோம். குறிப்பாக பெண்களின் பெயருக்குப் பின்னால் மட்டுமல்ல அவர்களின் சாதனைகளுக்குப் பின்னாலும் கணவர்கள் இருக்கின்றனர் என்று திரு. விஸ்வேஸ்வரன் கூறியிருப்பது லட்சத்தில் ஒரு வார்த்தை.
ஸ்ரீவித்யா காளிதாஸ், சிதம்பரம்.

☑ எப்போதும் பெண்களின் பிரச்னைகளையே... படித்துப் படித்து, அலுத்துப் போன, எங்களுக்கு, மங்கையர் மலரின் "கணவர் ஸ்பெஷல்!" ஒரு ஆறுதலான மாறுதல்! ஆண்குலத்தின் சார்பாக... ஆயிரம் நன்றிகள்!
எஸ்.ஏ. கோவிந்தகுமார், நீடாமங்கலம் - 4.

☑ மோனோ சோடியம் குளுடோமேட் என்பதே அஜினோ மோட்டோவின் சரியான வேதியியல் பெயர். மாமிசச் சுவையுள்ள வெள்ளை நிறப் படிகம் போன்ற இந்த உப்பை சீனர்கள் தங்கள் சமையலில் வெகு காலமாகப் பயன்படுத்துகின்றனர். மொத்த சமையலுக்கும் ஒரு சிட்டிகை அளவே இந்த உப்பைச் சேர்க்கின்றனர். இந்த உப்பைச் சேர்ப்பதால் உணவின் வாசனையும் சுவையும் சற்று தூக்கலாகத் தெரியும். இதனால் தவறில்லை என்பதைச் சமீப காலமாக ஆராய்ச்சிகள் கூறுகின்றன.
உமா ஸ்ரீதரன், சென்னை - 20.



ஜோதி வழங்கும்

25%+5

ஆண்டு வட்டி

ஊக்கத் தொகை
(அல்லது)
தங்ககாசு

குறைந்தபட்ச டெபாசிட் ரூ.5000/-

வைப்பு தொகை சேகரிப்பு விழா

பொதுமக்களுடன்/பத்திரிக்கை நிருபர்களுடன் நேருக்கு நேர்

கேள்வி: எப்படி உங்களால் 25% வட்டி தரமுடிகிறது? நாங்கள் நம்புவது எப்படி?

பதில்: முதலீட்டுத் தொகையை நிலம் அபிவிருத்தி, அடுக்குமாடி வீடுகள், ஹாலிடே ரிசார்ட்ஸ் பண்ணை வீடுகள் அமைக்கவும், அசையா சொத்துக்கு கடன் தருவதற்கும் பயன்படுத்தி அதிக லாபம் ஈட்டுகிறோம். அதனால் டெபாசிட்தாரர்களுக்கு 25% வட்டி கொடுக்க முடிகிறது. முதலீடு செய்த தொகைக்கும், வட்டிக்கும் பின்தேதியிட்ட காசோலைகள்/வாரண்டுகள் முன்கூட்டியே கொடுக்கப்படும். ஜோதி நிறுவனம் 1990ஆம் ஆண்டு முதல் அதிக வட்டி கொடுத்து வருகின்றது.

பெண் டெபாசிட்தாரர்களுக்கு கூடுதல் 1% ஊக்கத் தொகை

தங்ககாசு பரிசு விழா

100 நாட்கள்

24-9-95 முதல் 31-12-95 வரை

வெளியூர் டெபாசிட்டுகளுக்கு வட்டி D.D. மூலம் கம்பெனி செலவில் மாதா மாதம் அனுப்பப்படும்.

கவர்ச்சிகரமான பரிசு உண்டு
வார நாட்கள்: 10.00 முதல் 6.00
ஞாயிறு: 10.00 முதல் 1.00

ஸ்பெஷல் சலுகை

உங்கள் வைப்புத் தொகை 36 மாதங்களில் இரட்டிப்பாகிறது.
குறைந்தபட்சம் ரூ.10,000/- முதலீடு செய்பவருக்கு 1 கிராம் தங்க காசு.

1. ஃபிக்ஸட் டெபாசிட் ரூ.25,000/- முதலீடு செய்பவருக்கு 1 கிராம் தங்க காசும்.
2. ஃபிக்ஸட் டெபாசிட் ரூ.50,000/- முதலீடு செய்பவருக்கு 2 கிராம் தங்க காசும்.
3. ஃபிக்ஸட் டெபாசிட் ரூ.1,00,000/- முதலீடு செய்பவருக்கு 4 கிராம் தங்க காசும் வழங்கப்படும்.

JOTHI PROPERTY (Regd.)
FINANCE & INVESTMENTS

எண்.19, துரைசாமி சாலை, தி.நகர், (சப்வே அருகில்)
சென்னை-600 017. தொலைபேசி: 8262353, 8231585

உங்கள் மகிழ்ச்சியே எங்கள் நோக்கம்.

(கணவர் சிறப்பிதழில் இப்படி ஒரு கதை!)

பத்திரிகையில் வந்த செய்தியை அடிப்படையாக வைத்து எழுதப்பட்ட கதை!

நெஞ்சில் உறுதி வேண்டும்!

சுபஸ்ரீ

தன் கணவரிடமிருந்து வந்த செய்தி சமாதான ஸிக்னல் தானா அல்லது ஏமாற்றும் வித்தையா என்பது சுமதிக்குப் புரிய வில்லை. சுமுகமாக சேர்ந்து வாழும் எண்ணம் அவனுக்கு இருப் பதாக அவள் கருதவில்லை. ஆபிஸில் அவளுக்கு வேலையே ஓடவில்லை.

தனது தந்தை போன்று அன்புடன் பழகிய ஆபிஸ் செக்ஷன் மேலாளர் கோபால்ராவை அணுகினாள்.

"அவருடைய நண்பர் சொன்னாரு; 'ரெண்டு பேரும் சேர்ந்து வாழலாம் கலந்து பேசுவோம்னு' என் கணவர் சொன்னாராம். விவாகரத்திற்கு வக்கீல் நோட்டீஸ் வரைக்கும் போனவரு, கொடுமைப்படுத்துகிற அவ அம்மா இன்னும் இருக்காங்க இதை நம்பலாமா சார்?"

"சுமதி, அவன் மனம் திருந்தி இருக்கலாம் பேசிப் பார்ப்பதில் தப்பில்லை. எத்தனை நாளைக்கு இப்படி பிரிஞ்சு இருக்கிறது. சின்ன வயசு சேர்ந்து வாழணும்மா."

"எனக்கு என்னவோ சந்தேகமா இருக்கு சார், கேஸ்ல தனது கட்சியைப் பலப்படுத்த இது ஒரு நடவடிக்கையாக இருக்குமோ!"

"ஒரு சான்ஸ் கொடுத்து பாரும்மா, நல்லெண்ணம் இல் லைன்னா விலகிடலாம்."

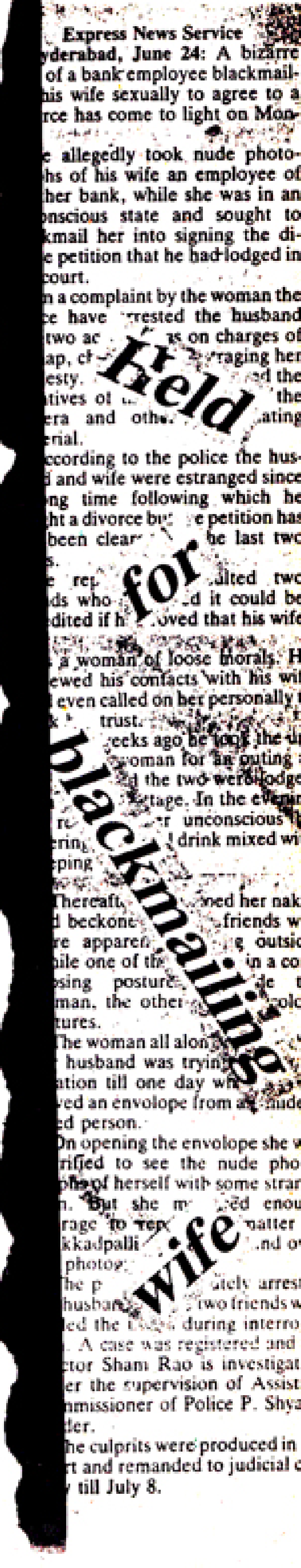
சுமதிக்கு மாநில அரசாங்கக் காரியாலயத்தில் வேலை. நல்ல சம்பளம், வீட்டுப் பொறுப்புகளை முடித்து, கல்யாணம் செய்வதற் குள் முப்பது வயதாகி விட்டது.

தன் கணவருக்குப் புருஷோத்தமன் என்று யார் பெயர் வைத் தார்கள் என்று அவள் சிந்தித்துச் சிரிப்பதுண்டு. குடித்தனம் வைத்த தினத்திலிருந்து தகராறுதான்.

"ஏண்டி பெருந்தன்மையா உங்க பொண்ணுக்கு ஒங்க இஷ்டம் போல் செய்யுங்கன்னு ஒரு வார்த்தைக்குச் சொன்னா இப்படியா மூளியாக அனுப்புவாங்க."

"என்னம்மா பேசின பவுனை விட கூட ஒரு நெக்லஸும் பண்ணிப் போட்டாங்களே."

"அது ஒங்க பெரியம்மா பிரியத்திலே போட்டது. அது கணக் கிலே வருமா? வரதட்சணையே வேண்டாம்னோம்."


Held for blackmailing wife

Express News Service
yderabad, June 24: A bizarre
of a bank employee blackmail-
his wife sexually to agree to a
rce has come to light on Mon-

e allegedly took nude photo-
hs of his wife an employee of
her bank, while she was in an
nscious state and sought to
kmail her into signing the di-
e petition that he had lodged in
court.
n a complaint by the woman the
ce have arrested the husband
two ac ... s on charges of
ap, ch ... raging her
esty. ... d the
tives of ... the
era and othe ... ating
rial.
ccording to the police the hus-
d and wife were estranged since
ng time following which he
ht a divorce bu ... e petition has
been clear ... he last two
s.
e rep ... ulted two
ds who ... d it could be
dited if h ... oved that his wife
a woman of loose morals. H
ewed his contacts with his wi
l even called on her personally t
k ... trust.
... eeks ago he took the u
... woman for an outing
... d the two were lodge
... ttage. In the evenin
r ... r unconscious
ering ... l drink mixed wi
eping
Thereaft ... ed her nak
d beckone ... friends w
re apparen ... outsid
hile one of th ... in a co
osing posture ... de
man, the other ... col
tures.
The woman all along ...
husband was tryin ...
ation till one day wh ...
ved an envolope from ... nude
ed person.
On opening the envolope she w
rified to see the nude pho
phs of herself with some stran
n. But she m ... ed enou
rage to rep ... matter
kkadpalli ... nd o
photos.
The p ... tely arres
husba ... two friends w
ed the ... during interro
. A case was registered and
ctor Sham Rao is investigat
er the supervision of Assist
mmissioner of Police P. Shya
der.
The culprits were produced in
rt and remanded to judicial c
y till July 8.

"அதுக்குத்தான் 40 பேருக்கு ரயில் டிக்கெட் எடுத்துக் கொடுங்கன்னீங்க, அப்படியே செஞ்சோம்."

"அதைக் கணக்கிலே சேக்காதே. செலவழிஞ்சு போன பணம்."

இப்படி தினம் ஒரு சண்டை, ஏதோ குற்றம். வீட்டுக்கு ஏன் திரும்புகிறோம் என்று இருக்கும். வாழ்க்கையே நிம்மதி அற்றுப் போய் விட்டது. கணவன் மாமியாருக்கு ஜால்ரா; அவளைப் போலவே ஒரு சர்க்கார் உத்யோகம். இரண்டு சம்பளம் சேர்ந்தால் தேவலோக வாழ்க்கை வாழலாம். ஆனால் பேராசை குறுக்கிட்டது. அவனுக்கு ஸ்கூட்டர் தரவில்லை என்ற குறை.

"சேர்மன் பெண்ணைக் கொடுக்கிறேன்னு வந்தாரு, சீர் சௌந்தி நிறையச் செய்யறேன்னு சொன்னாரு; நான்தான் உன்னைத் தேர்ந்து எடுத்து விட்டேன்."

"அதுக்கென்ன குறைச்சல். சேர்மன் பொண்ணு மாதம் ரூ. 4000/- சம்பளம் கொண்டு வருவாளா? இது மாதாந்திர வரதட்சணை. கப்பம் தானே!"

"உனக்கு சம்பாதிக்கிறோம்கிற திமிர்தானே." அவளுக்கு வயிறார உணவு படைப்பதில்லை. ஆபிஸ் போய் வர பணத்திற்கு அவர்களிடம் பிச்சை எடுக்கணும்.

"நம்ம வீட்டை எடுத்துக் கட்டணும் ஆபிஸ்லே லோன் போடு" - கணவன் கட்டளை.

"இந்த பாருங்க, உங்களுக்கு லோன் கிடைக்கும் எனக்கும் உண்டு. நம்ம ஏதாவது செய்யணும்னா ஜாயிண்டா ஒரு வீடோ, ஃபிளாட்டோ வாங்கி விடலாம். அண்ணன் தம்பி கூட்டா இருக்கிற சொத்து. இந்த வீட்டில செலவழிச்சம்னா, அப்புறம் உறவு கெட்டுப் போயிடும்."

நாலு நாட்கள் அவர்களுக்குள் பேச்சு வார்த்தை இல்லை.

கடைசி துரும்பு என்பது அவளுக்குக் கருச்சிதைவு ஏற்பட்டபோது மருத்துவ உதவி தராமல் அவளாகவே தாயார் வீட்டுக்குப் போனது, அங்கு அவன் வந்து அவளைப் பார்க்காத அலக்ஷியம், சம்பள தினத்தன்று மட்டும் பணத்திற்கு வந்தது -

திரை விழுந்து விட்டது.

அவள் பிறந்தகத்தில், அவன் தாயின் தலைப்பில்; எத்தனையோ சமாதான தூதுகள். பயனில்லை. அவள் விவாகரத்து காகிதங்களில் சம்மதக் கையெழுத்துப் போடச் சொன்னான். மறுத்து விட்டாள்.

இந்த லட்சணத்தில் இன்னொரு கல்யாணத்திற்கு ஆசை, முயற்சி. இன்னொரு அப்பாவிப் பெண் வாழ்வைக் கெடுக்கவா?

இப்போது புருஷ் நேரில் வந்து சந்தித்தான் சமாதான பேச்சுக்கள் ஆரம்பித்தான்! "நீ இல்லாம எனக்கு மனசு சரியில்லே, முதல்லே வீட்டுக்கு வந்திரு, அப்புறம் தனிக்குடித்தனம் போய் விடுவோம்."

சுமதி மனதில் ஆசைகள் தளிர் விட்டன. இருமுறை ஒரு ஹோட்டலுக்கு அழைத்துச் சென்று அரை இருளில் காதல் விவகாரங்கள் பேசினான். சினிமாவிற்கு புக் செய்து அழைத்துச் சென்றான். நேயச் சொற்கள், சீண்டல்கள் அவளை உசுப்பி விட்டன.

"அடுத்த வாரம் ஏரிக்கரை பூங்காவிற்கு பிக்னிக் செல் வோமா? அங்கு கெஸ்ட் ஹவுஸில் அறை புக் செய்கிறேன்."

"அதெல்லாம் தனியாகப் போகக் கூடாது. எனக்கு பயமா இருக்கு."

"நாம புருஷன் பொண்சாதிதானே...."

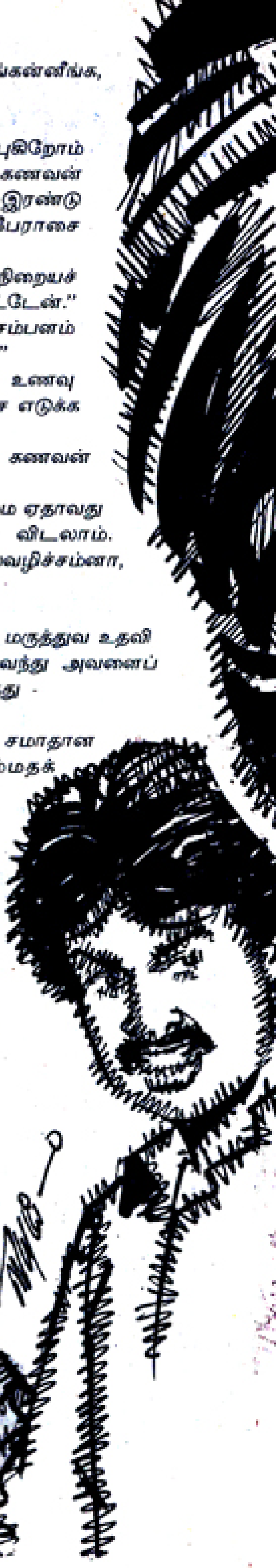
"பிரிஞ்சி இருக்கோமே...."

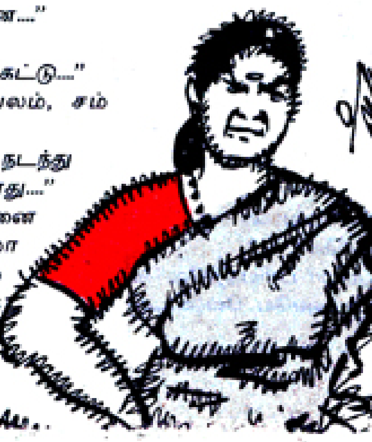
"சேர்ந்து வாழத்தான் இது படிக்கட்டு...."

சந்தேகித்தாள். மறுத்தாள். சபலம், சம்மதித்தாள்.

"ஆனால் அங்க வந்து கண்யமா நடந்து கிடணும். எதுவும் வற்புறுத்தக் கூடாது...."

"அடி என் கண்ணகியே... உன்னை விழுங்கி விட மாட்டேன். சும்மா ஜாலியா போய் வருவோம். அப்புறம் நல்ல நாள் பார்த்து வந்து அழைக்







கிறேன். கிருகலட்சுமி விளக்கேற்ற வந்திரு..."

அவள் நெகிழ்ந்தாள். நாணத்தால் கவிழ்ந் தாள்.

புருஷோத்தமனுக்கு சில 'உத்தம'மான நண்பர்கள்.

'இந்த பாரு புருஷ், விவாகரத்து வேணும்னா இப்ப இருக்கிற காரணம் பத்தாது. இந்த நீதிபதிங்க பெண்கள் பேரிலே அனு தாபத்தோடு நீதி தந்திடுவாங்க. ஆக விடுதலை கிடைக்காது."

"பின்ன என்னதான் பண்றது. இவளை வைச்சு மாரடிக்க முடியாது. தலையை முழுகி விட்டு வேற இடத்தில பார்த்திருக்கிற பொண்ணை கட்டிக்க வழியும் விடமாட்டேங் கறா....."

"அவ பேரிலே ஏதாவது களங்கம் இருக் குன்னு ருசுப்படுத்தணும். அதுலேதான் கேஸ் நிக்கணும்."

"நான் ஒரு ஐடியா சொல்றேன். அவ கிட்டே சமாதானமா போறது மாதிரி பாவனை பண்ணு. அவளை சிநேகிதமா ஏரிக் கரை விடுதிக்கு அழைச்சிட்டுவா..."

இந்தத் திட்டத்தில் ஒரு புகைப்பட நிபுண நண்பர் ஒருவனையும் சேர்த்துக் கொண்டார் கள்.

ஏரிக்கரை சிலு சிலு வென்று ரம்யமாக இருந்தது. காற்று நீரிலே அலைகளை எழுதிற்று. தென்னங்கீற்றின் சலசலப்பு. ஏதோ ஒரு நவாப் ஜாகீர்தார் சுக போகங்களுக்குக் கட்டிய மாளிகை இன்றைய கெஸ்ட் ஹவுஸாக இருந் தது. புதிதாக கல்யாணமானவர்கள், ஆகப் போகிறவர்கள், உல்லாஸப் பறவைகள் என்று வந்து போகிற இடம்தான். காவலாளிகள் வாழ்க்கை டிப்ஸிலேயே ஓடிற்று...

சுமதி அந்தச் சூழ்நிலையை அனுபவித்தாள். இறந்த கால சிருங்கார ஞாபகங்கள், நிகழ்கால இடைவெளி ஒட்டாத உறவு. சுட்டும் விழிச் சுடரில் காதல் பொங்க புருஷ்வை நோக்கி னாள். ரத்த நாளங்களில் துடிப்பு. "இந்த இடம் சௌந்தர்யமாக இருக்கிறது" என்றாள்.

"ஐயாவுக்குக் கூட மூட் வந்துடுத்து..."

"டயட்டெல்லாம் வீடு வந்து வச்சுக்குங்க."

"அதைச் சொல்லவில்லை கண்ணு. இந்த குளு குளு சூழ்நிலைக்கு ஒரு இரண்டு பெக் அடிச்சிடலாம்னு தோணுது."

"ஐயையோ அது வேற உண்டா?"

"ராணியை பிரிஞ்சதிலேர்ந்து ராஜாவிற்கு டல்லடிக்குது. எப்பாவது உள்ளே தள்ளி மூடு வரவழைக்கிறதுதான்...."

"அதெல்லாம் சொல்லாதீங்க, இன்னைக்கே நான் உங்க வீட்டுக்கு வரத் தயாரு. இந்த கெட்ட பழக்கம் வேண்டாம்."

"சரி ஒரு கூல் டிரிங்காவது குடிக்கலாம். இரு வாங்கிட்டு வரேன்..."

தாகம் தணிந்தது.

ஆனால் சுமதிக்கு என்னவோ செய்தது. அறைக்கு வருவதற்குள் உணர்வு இழந்து விட்டாள்.

புருஷ் அவளைக் கட்டிலில் கிடத்தினான். அடுத்த அறையிலிருந்த இரு நண்பர்களும் வந்தனர். படுத்திருந்தவளை ஆடை குறைப்பு செய்து அலங்கோலமாக்கினான் புருஷ். ஒருவன் அவள் அருகே படுத்துக் கொண்டான். இன்னொருவன் வண்ணப் புகைப்படங்கள் எடுத்துத் தள்ளினான்.

மகிழ்வு உலா சென்று வந்த பிறகு புருஷ் தன்னிடம் டெலிபோனில் கூடப் பேசாதது சுமதிக்குக் கவலையாக இருந்தது.

தபால்காரன் ஒரு ரிஜிஸ்தர் கவரை வழங்கிச் சென்றான். புருஷ் கையெழுத்து இருந்தது. ஏதாவது நல்ல சமாசாரம் எனப் பிரித்தாள்.

அதிலிருந்து விழுந்தன புகைப்படங்கள்.

சுமதி யாரோ ஒரு ஆடவனுடன் கட்டிலில் சயனித்திருக்கும் அசிங்கமான காட்சிகள்.

சுமதி திடுக்கிட்டாள். அவளுக்கு ஏரிக்கரை பயண நோக்கம் புரிந்து விட்டது. எத்தனை கீழ்த்தரமான மனிதர். தனக்குக் குளிர் பானத்தில் மயக்க மருந்து தந்து தானே தன் மனைவியை அலங்கோலப்படுத்தி... என்ன குரூரமான செய்கை! அவள் நரம்பு நாடி, சதை எல்லாம் பற்றி எரிந்தன.

கோபால்ராவிடம் ஆலோசனை கேட்டாள்.

"இது ரொம் அநியாயம். கூடி இருந்து கெடுக்கின்ற செயல். விவாகரத்து வேணும்னா இவ்வளவு கேவலமா களங்கம் கற்பிக்க அவன் மனச்சாட்சி எப்படி சம்மதித்தது?"

"ஸார் இதை போலீஸில் சொல்லி பழி வாங்க வேண்டும்."

"செய்ய வேண்டியதுதான். அந்தக் கிரிமினலை விடக் கூடாது. ஆனால் உனது பெயர் பத்திரிகைகளில் அடிபடும். இந்த அவமானத்தைச் சந்திக்க மனத்தெம்பு வேண்டும். சுமதி...."

"நான் இப்போது கூறாவிட்டால், நாளைக்குக் கோர்ட்டில் இதனைக் காண்பித்து அசிங்கப்படுத்துவான் ராஸ்கல். அப்போது என் நிலைமை இன்னும் மோசமாக இருக்கும்."

இருவருமே டெல்லி சட்டசபையில் ஆந்திர தேச அங்கத்தினர் ஸ்ரீமதி ரேவதி சௌத்ரியைப் பார்த்தார்கள். அவர் ஒரு கட்டுப் பொசுக்கும் நெருப்பு. சொற்கள் அமிலம். சினந்து பெண்மைக்கு இழைக்கப்பட்ட அநீதி கண்டு சீறி எழுந்தார்.

போலீஸ் கமிஷனரைப் பார்த்தனர்.

புருஷோத்தும், அவனது நண்பர்களும் அரெஸ்ட் ஆகினர். கேஸ் பதிவு செய்யப்பட்டது.

மாமியார் அலறிக் கொண்டு ஓடி வந்தாள்.

"அடியம்மா, அவனைக் காப்பாற்று. தவறு செய்து விட்டான். என்றைக்கும் நீ அவன் மனைவி. அவனுக்குச் சிறைத் தண்டனை கிடைத்தால் உனக்கும் அவமானம். குடும்பத்திற்கே இழுக்கு. அவன் உத்தியோகமும் போய் விடும் தெருவில் நிற்க வேண்டியதுதான்."

நிமிர்ந்து நோக்கி, கண்களில் விஷம் கக்க தன்னை நாவாரத் திட்டிய மாமியார், மண்டியிட்டு பிச்சை கேட்கிறாள்.

மறுத்துவிட்டாள். இன்னொரு பெரியவர் வந்தார். "அப்புறம் உனக்கும் வாழ்வு கிடையாது அம்மா. எதற்கு இருவர் வாழ்க்கையையும் கெடுத்துக் கொள்கிறாய், அவனை மன்னித்து ஏற்றுக் கொள்."

"பெரியவரே நாங்கள் கணவன் மனைவி இருவரும் பிரிந்திருந்த போது ஒரு வார்த்தை என்ன என்று கேட்டீர்களா? ஆனால் இன்று மட்டும் குடும்ப பிரஸ்டீஜ், தம்பதி நலம் எனக் கூற எல்லாரும் வந்துவிட்டீர்கள். எப்படி ஒரு கிரிமினல் மனம் வேலை செய்திருக்கிறது. விவாகரத்து பெற எத்தனை ஈனமான செயல். கணவன் என்ற ஈரமே மனதில் இல்லை..."

"பெரிய மனது பண்ணி மறந்து விடும்மா..."

"மறக்கவா? இத்தகைய சமூக விரோதிகள் எனது கணவனாக இருந்தாலும் சரிதான் அவன் தண்டனையை அனுபவிப்பதையே விரும்புகிறேன்."

பெண்கள் உரிமை காப்புப் பகுதி, உதவி போலீஸ் கமிஷனர் ஸ்ரீமதி பகுகுணா சுமதியைக் கேட்டாள்.

"என்னம்மா உன் கணவரை பிராஸிக்யூட் செய்யலாமா? சிறை தண்டனை உண்டு."

"உறுதியாக இருக்கிறேன்."

"பல பெண்கள் கேஸ் ரெஜிஸ்தர் ஆகும் வரை எங்களிடம் வருவார்கள். குற்றச்சாட்டு, கோர்ட் என்றவுடன் பின் தங்கி விடுவார்கள். ஒரு உண்மை ஹிந்து - மனைவியின் பச்சாதாபம் வந்து விடும். கணவனை விட்டு விடுங்கள் என்று இரக்கத்துடன் சொல்வார்கள். சமூக விரோதிகள் தப்பி விடுவார்கள். ஷல் ஐ ப்ரோஸீட்?"

"யெஸ் மாடம்."

மிருதுவான கார்த்திகை அப்பம் செய்வதற்கு மாவுடன் ஒரு ஸ்பூன் தயிர் அல்லது ஒரு கனிந்த வாழைப்பழம் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

— ஜெயா



உங்களுடைய செல்ல மகளுக்கு.

ராஜ் லக்ஷ்மி

யூனிட் ப்ளான்

5 வயது வரையிலான பெண் குழந்தைக்கான ஒரு தனிச்சிறப்பான ப்ளான்

சிறப்பம்சங்கள் :

- குறைந்தபட்ச முதலீடு ரூ.1500 மற்றும் அதற்குமேல் ரூ. 500-ன் மடங்கில். உச்ச வரம்பு கிடையாது.
- தனிநபர், மாநில, மத்திய அரசு, ட்ரஸ்ட், சங்கம், கார்ப்போரேட் பாடி – 5 வயது வரையுள்ள பெண் குழந்தைக்காக முதலீடு செய்யலாம்.
- குழந்தை பிறந்ததும் செய்யும் ரூ.1500 முதலீடு 20 ஆண்டுகளில் ரூ.21,000 ஆகலாம். வளர்ச்சி நிலை ப்ளானில் சேர்ந்திடும் வயதைப் பொறுத்திருக்கும்.
- விண்ணப்பம் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட தேதியிலிருந்து முதிர்வுறும் தேதி கணக்கிடப்படும்.
- போனஸ் டிவிடெண்ட் ஒவ்வொரு கால வரையிலும் அறிவிக்கப்படலாம் மற்றும், போனஸ் டிவிடெண்ட் முதிர்வடைந்ததும் வழங்கப்படும்.

யூனிட் ட்ரஸ்ட் ஆஃப் இந்தியா

உங்கள் வளமான எதிர்காலத்திற்கு

மியூச்சுவல் ஃபண்டுகளிலும், செக்யூரிட்டிகளிலும் செய்யப்படும் அனைத்து முதலீடுகளும் மார்க்கெட் ரிஸ்கிற்கு உட்பட்டவை. செக்யூரிட்டி மார்க்கெட்டை பாதிக்கும் காரணங்களைப் பொறுத்து என்ஏவி திட்டங்கள் ஏற்றத் தாழ்வுகளுக்கு உட்படலாம். கடந்தகால சாதனை வருங்கால விளைவைக் குறிப்பதாகாது. ராஜ் லக்ஷ்மி என்பது திட்டத்தின் பெயரே தவிர, ப்ளானின் தரத்தை, அதன் எதிர்கால வாய்ப்பு அல்லது ஆதாயத்தை எவ்வகையிலும் குறிப்பிடுபவை அல்ல. ஃபண்டின் நோக்கங்கள் நிறைவேற்றப்படும் என்று யாதொரு உறுதியும் அளிக்கப்பட மாட்டாது. முதலீடு செய்யும்முன் வழங்கு பத்திரத்தை தயவு செய்து படிக்கவும்.

மண்டல அலுவலகம்: 29, இராஜாஜி சாலை, சென்னை 600 001. போன்: 517101.
கிளை அலுவலகங்கள்: • சென்னை. போன்: 517101, 517190
• மதுரை. போன்: 38186 • திருச்சி. போன்: 27060 • கோயம்புத்தூர். போன்: 214973.

0135 B/95 M TM

"அடுத்த ஜென்மத்திலும் இதே கணவரையே அடைய வேண்டுமென்று எண்ணுகிறீர்களா?" இந்த செண்ட்டிமெண்ட் டான கேள்வியுடன் சில பெண்மணிகளை அணுகினோம். பளிச் சென்று பதிலளித் தார்கள்.....

மறுபிறவியிலும் இவரே கணவர்!

திருமதி ஜோதி :

"எந்தவிதப் பொறுப்பையும் தன் தோளில் சுமக்காமல் ஹாய்யாக இருப்பவர் என்னவர். குடும்பத்தின் எல்லா முடிவு களை எடுப்பதும், அவற்றை நிறைவேற்றுவதும் என் பொறுப்பு என்று ஆகிவிட்டது. இதனால் நான் எதேச்சாதிகாரத் துடன் செயல்படுவது போலக் கூடச் சிலருக்குத் தோன் றுவதுண்டு. தொடக் கத்தில் வேறு மாதிரி பட்டா லும் இப்போது - என் கணவர் என் முடிவு களில் குறுக்கிடு வதில்லை என்ற கோணத் தில் பார்க்கும் போது - இந்த வாழ்க்கை முறையே எனக்கு ரொம்பவும் பிடிக்கத் தொடங்கி விட் டது. ஆக அடுத்த பிறவியிலும் இவரே கணவராக வாய்ப்பதில் எனக்கு முழு சம்மதம்தான்."


• சரஸ்வதி


• ஜோதி

திருமதி சரஸ்வதி :

"இன்றோடு எங்களுக்குக் கல் யாணமாகி 41 வருஷங்களாச்சு. எங்களுக்குள் எந்தவிதச் சண்டையும் வந்ததில்லை.

பேரனை வளர்ப்பது எப்படி என்பது மாதிரியான சின்ன விஷயங்களில் மட்டும் (அதுவும் சமீபத்தில்தான்) கருத்து வேறுபாடு வந்திருக்கிறது. என் வீட்டுக்காரர் முரண்டு பிடிப் பவர் அல்ல. "உனக்கு எங்கே போகணும்னாலும் போ; உனக்கு எந்த உடை வேணும்னாலும் வாங் கிக்கோ"ன்னு முழு சுதந்திரம் கொடுத்திருக்கார். நானும் பொறுப் புணர்ந்து நடந்து வருகிறேன்.



• மைதிலி

இருபத்தைந்து வருடங்கள் கூட்டுக் குடித்தனத் தில் சந் தோஷமாக வாழ்க்கை நடத்தியிருக் கிறோம். ஆசை களையும், தேவைகளை யும் பெருக்கிக் கொண்டதில்லை. இந்த நிலை யில் உங்கள் கேள்விக்கு நான் என்ன பதில் அளிப்பேன் என் பது தெரிந்த விஷ யம்தானே?"



• லதா

திருமதி மைதிலி :

"அடுத்த பிறவியிலும் இவரா? வேண்டாமே. இல்லை, இல்லை. இவரேதான் என் வாழ்க்கைத் துணை யாக வரணும் - ஒரு வித்தியாசத் தோடு. நான் கணவராகவும், இவர் மனைவியாகவும் பிறக்க வேண்டும். இந்தப் பிறவியில் (சொந்தத்தில்தான் திருமணம் நடந்தது என்றாலும்) என் அழகின்மைக்காகவும், குரல் குறை பாட்டுக்காகவும் இவர் என்னை நடத் தும் விதம் இருக்கிறதே, அது விளக் கும்படியானதில்லை. அடுத்த பிறவியி லாவது இப்படி இருந்தாலும் ஒரு மனைவியை எப்படி நடத்த வேண் டும் என்பதை நான் செயலில் காண் பிக்க வேண்டும். அதனால்தான் இந்த வித்தியாசமான ஆசை."

திருமதி லதா :

"இவரேதான், இவரேதான் மறு பிறவியிலும் வாய்க்கணும். இவரை விட மோசமான ஒருவர் கணவராகி விடக்கூடாதே என்கிற பயம் ஒரு முக்கிய காரணம். இவர் எப்படி மோசம் என்கிறீர்களா? சமையலறை யில் வேலை செய்யும்போது "வெண் ணெய் ஆயிடுத்தே"ன்னு வாயை விட்டு நான் முணுமுணுத்துவிட்டால் போதும், சாயந்திரம் நான் வாங்கி வந்தது போதாதென்று இவரும் வெண்ணெயை வாங்கிக் கொண்டு வந்து நிற்பார். ஒன்றுக்கு இரண்டு செலவு. மற்ற பெண்கள் அவரவர் களின் கணவரைப் பற்றிக் குறை சொல்லிப் புலம்பும்போது எனக்கு ஏக்கமாக இருக்கும். குறிப்பறிந்து நடந்து கொள்ளும் இவரைப் பற்றிக் குறை சொல்ல இடமில்லாததால், எனது புலம்பும் உரிமை போயே போச்சு! அதுமட்டுமா? குடும்பத் தேவைகளையெல்லாம் இவர் நிறை வேற்றிவிடுவதால் "என்னால் முடியும்" என்ற தன்னம்பிக்கையே போய்விட்டது. எந்த அளவுக்கு நான் தன்னம்பிக்கையை இழந்துவிட்டேன் தெரியுமா? வரும் பிறவிகளில் இவரைத் தவிர வேறு யாரையும் கணவராக நினைத்துப் பார்க்க முடியாத அளவுக்கு!"

— ராம்ஷேகர்

பார்க் டவுன்
பெனிபிட் பண்ட் லிமிடெட்

மத்திய அரசால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட நிதி நிறுவனம். துவக்கம் 1985 Post Box No: 2806
223, தங்க சாலை, (கந்த கோட்டம் அருகில்) பார்க் டவுன், சென்னை-3 போன்: 582676, 564354

கிளை அலுவலகங்கள்:
2 கிழக்கு மாடவீதி, திருவான்மியூர், சென்னை-41 போன் 413582, 416417
P-995,இரண்டாவது அவென்யு, 12-வது மெயின்ரோடு ஜங்ஷன், அண்ணாநகர், சென்னை-40 போன் 6262656, 6280750



பிக்சட் டிபாசிட்

46 நாள்	90 நாள்	6 மாதம்	1 ஆண்டு	2 ஆண்டு	3 ஆண்டு	4 ஆண்டு	5 ஆண்டு ★
13%	14%	15%	17%	18%	18.5%	19%	20%

21% 5 வருடங்கள் ரூ.50,000/- அதற்கு மேலும்

PB பாண்டு

முதலீடு	காலம்	திரும்பப் பெறும்தொகை
ரூ.25,000	60 மாதம்	ரூ.70,000

குழந்தைகள் கல்வி நலத்திட்டம்

L.K.G. முதல் கல்லூரி தொடக்கம் வரை

வைப்புத் தொகை ரூ. 5,100/-

3-ஆம் ஆண்டு நிறைவிலிருந்து தொடர்ந்து 12 ஆண்டுகள் ரூ.500/- பெறலாம். திட்ட டெபாசிட் காலத்திலிருந்து 16, 17-வது ஆண்டுகளில் தலா ரூ.1,000/- வீதமும், 18-ம் ஆண்டு துவக்கத்தில் ரூ.75,000/-ம் வழங்கப்படும்.

நலத்திட்டத்தின் 5% மாணவர்களுக்கு +2 அரசுத் தேர்வு மதிப்பெண் அடிப்படையில் ரூ.25,000/- பரிசாக ஒவ்வொருவருக்கும் நிதி நிறுவனம் வழங்கும்.

திட்டத்தின்பயனை உங்கள் மழலைச் செல்வங்களுக்கு வழங்கி மன நிம்மதி பெறுவீர்! மகிழ்ச்சி அடைவீர்!!

கனகதாரா டிபாசிட்

ரூ.50,000/- முதலீடு செய்வீர்
10ஆம் ஆண்டு முடிவில் ரூ.50,000/- பெறுவீர்
அடுத்த 20ஆம் ஆண்டு முடிவில்
ரூ.1 கோடி பெறுவீர்

காமதேனு மாபெரும் திரும்பப் பெறும் திட்டம்

டிபாசிட் திட்டம் 15 ஆண்டுகள்	5-ம் ஆண்டு நீங்கள் பெறும் தொகை	10ம் ஆண்டு நீங்கள் பெறும் தொகை	15ம் ஆண்டு பெறும் தொகை
Rs.6,320	Rs.6,000	Rs.6,000	Rs.56,320

வெகுமதி முதலீட்டுத் திட்டம் - II

ரூ.3450/- செலுத்துவீர்.
252 மாதங்கள் நிறைவில்
ரூ.2 லட்சம் பெறுவீர்.

சேமிப்பு திட்டம் 10% P.a.

படிக்க - பாதுகாக்க

ஸ்ரீலஸ்ரீ ஓங்காரநந்தா அவர்கள் எழுதிய **வெட்டவெளி தியானம்** என்ற அருமையான நூலை அடக்க விலையில் வெளியிட்டுள்ளோம்.
விலை ரூ. 20/- மட்டும். வாங்கிப் படித்து மகிழவும்.

பிரதோஷ சிறப்பு
என்ற நூலை இலவசமாக வெளியிட்டுள்ளோம். பிரதி வேண்டுவோர் அலுவலகத்தை அணுகவும்.



பென்ஷனர் நலத்திட்டம் 20% P.a.
ரூபாய் 10 ஆயிரமும் அதற்கு மேலும்: காலம் 1 ஆண்டு
வயோதிகர், விதவைகள், ஊனமுற்றோர், கல்வி மற்றும் அறக்கட்டளை பயன் பெறலாம்.

தங்க நகை கடன்
Rs. 3,000 PER 10 GRAM
நகைகளின் பேரில் கடன் வழங்கப்படும்.
(உச்ச வரம்பில்லை)

நிர்வாக இயக்குனர் :
P. பாலசுப்ரமணியம், B.Sc.
முதன்மை அறங்காவலர்
கந்தகோட்டம், சென்னை - 3.

இயக்குனர் குழுத் தலைவர்:
R. விவேகானந்தன், B.Com.

❒ ரூ. 5/- செலுத்தி பங்குதாரர் ஆவீர். ❒ சேமிப்பே செழிப்புக்கு வழிகாட்டும் ❒ வெள்ளி விடுமுறை

திருமணம் நடக்கும் நேரம் 'நுகத்தடி'யை மணப்பெண்ணின் தலையில் வைத்து மந்திரங்கள் சொல்வர். நுகத்தடியில் பூட்டிய இரு மாடுகள் போல இணைந்து - குடும்ப பாரத்தைச் சமபங்காக ஏற்று வாழ வேண்டுமென்பது இதன் பொருள். உண்மையிலேயே கணவனுடன் மனைவியும் இணைந்து ஒரு தொழிலைத் தொடங்கி, 'வாழ்க்கையென்னும் ஓடத்தை'த் திறம்பட நடத்திச் செல்லும் பெண்கள் சிலரைச் சந்தித்தோம்.....

திருமதி வசந்தா கணேசன்
(மயிலையில் இட்லி மாமி என்ற பெயரில் பிரபலமானவர்) :

"என் தந்தை அந்தக் காலத்தில் பெரியகுளம் என்ற ஊரில் இதேபோன்ற கடை ஒன்றைப் பெரிய அளவில் நடத்தி வந்தார். என் திருமணத்துக்குமுன் இவரும் கூட இதேபோன்ற ஒரு கடையில் வேலை பார்த்தவர்தான். திருமணமான பின்பு நாமே ஏன் ஒரு கடை நடத்தக் கூடாது என்ற எண்ணம் தோன்ற - பத்து வருஷங்கள் ஊரிலேயே கடை நடத்தினோம். பின்பு ஆண்டவன் சித்தப்படி சென்னை வந்தோம். இங்கே மயிலாப்பூர் குளத்தின் அருகில், அப்புறம் இப்போதிருக்கிற பிச்சைப் பிள்ளைத் தெருவில் - இப்படித் தொடர்ந்து இருபத்தைந்து வருஷங்களாகப் பலகாரக் கடை நடத்தி வருகிறோம். எவ்வளவோ கஷ்டங்கள் - நஷ்டங்கள். நஷ்டங்களைத் தவிர்க்க இனி கடனே கொடுப்பதில்லை என முடிவு செய்தோம். மாலை ஐந்து மணி முதல் இரவு ஒன்பது மணி வரை கடை உண்டு. காலையில் கிடையாது. இட்லி, ஊத்தப்பம், தவலை வடை, மசால் வடை, கண்டல், சப்பாத்தி, பூரி, குருமா, வடைகறி - இவைகளுடன் தினமும் ஒரு ஸ்வீட்டும் உண்டு. வெள்ளிக்கிழமைகளின் ஸ்பெஷல் அயிட்டம் இனிப்பு மற்றும் கார கொழுக்கட்டைகள்.

தினமும் அரைத்துதான் இட்லி செய்கிறோம். முதல் நாள் அரைத்துப் புளித்தது கிடையாது. இங்கு வந்து சாப்பிடுகிறவர்கள் என் பிள்ளைகள் போலத்தான் பாசத்துடன் தேடி வருவார்கள். தற்போது சுற்றிலும் எத்தனையோ பலகாரக் கடைகள் வந்துவிட்டன. ஆனாலும் சென்னை நகரின் பல பகுதிகளைச் சேர்ந்தவர்களும் தேடி வருகின்றனர். தினமும்

அவன் காரியம் யாவினும் கைகொடுத்து...



* ஜயாக்கண்ணு
பேச்சியம்மை

குறிப்பிட்ட அளவுதான் பலகாரங்கள் செய்வோம். அளவுக்கு அதிகமாகப் போட்டு மிகுந்துவிடும் அளவு செய்வதே கிடையாது. போட்டது தீர்ந்து போன பின்பு யாராவது வந்து கேட்டால் உப்புமா, பொங்கல் போல ஏதாவது மிகவும் அளவுடன் போடுவோம்.

எனக்கு 2 பெண்களும் 3 பிள்ளைகளும் உண்டு. ஒரு பிள்ளை தவிர மற்ற எல்லோருக்கும் கல்யாணமாகி விட்டது. என் இரண்டு பிள்ளைகளும், இரண்டு மருமகள்களும், இளைய மகளும் எங்களுடன் சேர்ந்து கடைக்காக உழைக்கின்றனர். பெரிய பிள்ளை பட்டம் பெற்றவன்; பெரிய வேலையில் இருக்கிறான். சொந்த உழைப்பு - சொந்த இடம் எல்லாவற்றையும் விட மிகப் பெரியது அந்த பகவானின் அருள் - வாழ்க்கை கஷ்டமில்லாமல் போகிறது.



• உமா நரேந்திரன்

திருமதி உமா நரேந்திரன்

(தென்னிந்திய 'ஸ்நேக்ஸ்' வகைகள் தயாரித்து விற்பனை செய்பவர்) :

''எனக்கு 76-இல் திருமணம். அப்போது நான் பட்டம் மட்டுமே பெற்றிருந்தேன். பின்பு கல்கரல் அகாடமியில் சேர்ந்து டிப்ளமோ படித்தேன். மேல்படிப்புக்காக அமெரிக்கா சென்று இரண்டு வருடங்கள் படித்த பின்பு - அதை மேலும் தொடர்ந்து முடிக்க முடியாத ஒரு நிலை ஏற்பட திரும்பி வந்தேன். இரண்டு குழந்தைகளுக்குத் தாயான பின்பு ஏதாவது தொழில் ஒன்று சுயமாகத் தொடங்கினால் என்ன என்ற ஓர் எண்ணம். அதே சமயம் தொழில் முனையும் பெண்களுக்கு வங்கிகள் தாராளமாகக் கடன் வழங்க - நானும் அதைப் பெற்று முறுக்கு, சீடை, தட்டை, உருளைக்கிழங்கு சிப்ஸ், அப்பளம், சுத்தம் செய்த பேரீச்சை ஸ்நேக்ஸ்களைத் தயாரிக்கத் துவங்கினேன்.

ஏற்கெனவே பிசினஸ் செய்து கொண்டிருந்த என் கணவர் என் தயாரிப்புகளுக்கான மார்க்கெட்டிங் பணிகளை மேற்கொண்டார். எங்கள் தயாரிப்புகள் தவிர வேறு சில நிறுவனங்களுக்கும் இவர் மார்க்கெட்டிங் பார்த்துக் கொள்வதால் என் தொழிலுக்கு 100 சதவிகிதப் பாதுகாப்பு கிடைக்கிறது. அத்துடன் நான் தயாரிப்பில் ஈடுபட்டுள்ளதால் எங்கள் இருவருக்குமே இந்தத் தொழிலில் ஓர் ஈடுபாடு. ஓரளவு லாபம், அதுவும் இன்னொருவருடன் பங்கிட்டுக் கொள்ள வேண்டிய அவசியமில்லாத நிலை வருகிறது. இவைகளைத் தயாரிக்க நிறைய ஆட்கள் தேவைப்படுவதால் நம்மால் முடிந்தவரை பல பெண்களுக்கும் பையன்களுக்கும் வேலையும் தர



• திருமதி ஜெயந்தா
கணேசன்

முடிகிறது. ஒன்பது வருடங்களாகத் தொடர்ந்து இந்தத் தொழிலைச் செய்கிறோம். சென்னை நகரம் முழுவதும் உள்ள கடைகளில் எங்களின் தயாரிப்புகள் சப்ளை செய்யப்படுகின்றன.

ஆரம்பத்தில் நாங்கள் வங்கியில் வாங்கிய கடனை நான்கு ஆண்டுகளிலேயே அடைத்துவிட்டோம் (தரப்பட்ட காலம் ஐந்து ஆண்டுகள்.) கணவனும் மனைவியும் தனித்தனியாக வேறு வேறு தொழில் செய்யும்போது இதுபோன்ற ஒரு பாதுகாப்பும் - இன்வால்வ்மென்ட்டும், லாபமும் கண்டிப்பாக இருக்காது என்பது எங்கள் இருவரின் எண்ணம்'' என்கிறார் உமா நரேந்திரன்.

திருமதி பேச்சியம்மை ஐயாக்கண்ணு

(துணிகளை இஸ்திரி செய்பவர்) :

''எங்கள் குலத்தொழிலே சலவைத் தொழில்தான். இவரும் இதே தொழில் செய்பவர்தான். எங்களுடைய சொந்த ஊர் தூத்துக்குடி பக்கம். திருமணமான உடனேயே நானும் என் கணவருக்கு ஒத்தாசையாக இதே தொழிலில் ஈடுபட ஆரம்பித்துவிட்டேன். தினமும் வீடு வீடாகச் சென்று அழுக்குத் துணிகளை எடுத்துவருவேன். இவருடன் ஆற்றிற்குச் சென்று துணிகளைத் துவைக்கவும் பின்பு அதை அயர்ன் செய்யவும் உதவிகள் செய்வேன். பிறகு அவைகளை உரிய வீடுகளில் கொண்டு போய்க் கொடுத்து விட்டு - சலவைக்கான கூலியை வாங்கி வருவேன்.

என் 11 வயது மகன் வேலை தேடி இங்கு (சென்னை) வந்தான். என்னுடைய உறவினர்களும் இங்கேதான் இருக்கிறார்கள். அதனால் நாங்களும் இங்கேயே வந்துவிட்டோம். இங்கு வந்து ஒன்பது வருஷங்கள் ஓடிப் போச்சு. வண்ணான்துறையில் குடியிருக்கிறோம். காலை ஐந்து மணிக்கே எழுந்து சமையல் செய்து எடுத்துக் கொண்டு இவருடன் கிளம்பி இந்த வண்டி இருக்கும் இடத்துக்கு வந்துவிடுவோம். இவர் மட்டும் தனியாக வரவே மாட்டார். ஊரில் செய்தது போல வீடு வீடாகத் துணிகள் வாங்கி வந்து - இவருடன் சேர்ந்து அவைகளை மடித்து, சில சமயம் அயர்ன் கூடச் செய்வேன். மாலை ஆறரை மணி வரை இதைச் செய்து முடித்துவிட்டு வீடு திரும்பி, மறுபடி சமையல் வேலை.

இப்படி ஓயாமல் நின்றபடி வேலை செய்வது கஷ்டமாகத்தானிருக்கு. வாரத்துக்கு ஒரு நாள் லீவு அது, இதுன்னு எதுவும் கிடையாது. உடம்பு ரொம்ப முடியாமல் போனால்தான் லீவு விடுவோம். வருமானம் எப்போதும் ஒண்ணு போல இருக்காது. சில சமயம் நல்லா இருக்கும். சில சமயம் சுமார்தான். மழைக்காலம் வந்தால் கஷ்டம்தான். உழைப்புக்குத் தகுந்த கூலி இல்லேன்னாலும் 'வண்டி' ஏதோ ஓடுது. என் மகன் கூட வேலை செய்யறான். முப்பது வருஷமா இப்படியேதான் எங்க வாழ்க்கை ஓடுது.''

கணவன் மனைவி என்று இருவருமே குடும்பத்தை மட்டுமல்லாமல் தொழிலையும் இணைந்தே செய்வது கண்ட போது மனம் ரொம்பவும் நெகிழ்ந்து தான் போகிறது. வாழ்க்கையில் எத்தனையோ கஷ்டங்கள் வரலாம். ஆனால் ஒற்றுமையுடன் வாழும் தம்பதிகளுக்கு அவைகளைக் கடந்து வருவதில் சிரமம் தெரிவதில்லை.

— தேசி

பாயசம் செய்யும்போது முந்திரிப்பருப்பை வறுத்துப் போடுவதற்குப் பதிலாக, பால்விட்டு அரைத்து, எந்த பாயசமானாலும் கலந்து செய்து பாருங்கள். மிகச் சுவையாக இருக்கும். புது மாதிரியாகவும் இருக்கும். முந்திரிப் பருப்பு எல்லோருக்கும் வரவில்லை என்ற புகாரும் இருக்காது.

- லக்ஷ்மி ஸ்ரீநிவாஸன்



ஆணின் வாழ்வில் சோதனையான ஒரு கட்டம் திருமணமானவுடன் எழுகிறது. இத்தனை நாள்அன்பாக இருந்த அம்மா, உடன்பிறந்தவர்கள் எல்லாம் எதிர்க்கட்சியாகி விடு வார்கள். பக்கத்திலே புது மனைவி! இந்த நிலையில் அந்த 'முதல் ஓரிரண்டாண்டுகள் இவர்கள் செய்யும் சர்க்கஸ்தான் பிற்பாடு காலத்திற்கும் அஸ்திவாரமாகிறது. சாதாரண குடும்பங்களிலேயே இந்தக் கதையென்றால் காதல் கல்யாணம், அதுவும் மதம் விட்டு மதம் திருமணம் செய்து கொண்ட இருவர் எப்படி இந்தப் பிரச்னையை சமாளித்தார்கள்?

திருமணமானவுடன் ஆணின் சர்க்கஸ் கதை...



திரு. பாபு :

"தொலைக்காட்சி மூலம் உங்களுக்கு நன்கு அறிமுகமானவர் என் மனைவி பாத்திமா. நானும், அவளும் ஐ.ஓ.சி. நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கின்றோம். இப்போது எங்களுக்கு ஐந்து வயது மகன் ஆஷிக் இருக்கின்றான். பெற்றோர் நிச்சயிக்கும் திருமணமோ, தானே தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளும் திருமணமோ தாய்தான் மகிழ்ச்சிக்கும், துன்பத்துக்கும் முக்கிய காரணமாகிறாள். பொறுமையாக பிரச்னைகளைத் தீர்க்க வேண்டிய கட்டாய நிலையில் அவள் இருக்கிறாள். அனுபவசாலியும் கூட. பெற்றோரை விட நிச்சயம் நமக்கு அனுபவம் குறைவுதான். பழகிய பெண்ணைத் திருமணம் செய்து கொள்வது தான் நல்லது என்று நான் நினைக்கிறேன். எங்கள் வீட்டில் இராமலிங்க அடிகளார் வழிப்படி நடப்பதால் ஜாதி, மதம் பார்க்கவில்லை.

பாத்திமாவை ஒரு தீபாவளியன்று வீட்டுக்கு அழைத்து வந்து அறிமுகப்படுத்திய போது மாலை வரை இருந்தாள். அவளது வெகுளியான, மனத்தில் ஒன்றும் வைத்துக் கொள்ளாமல் பேசும் குணம் அனைவருக்கும் பிடித்துப் போயிற்று. அதுவே அவளது பலம் என்றால் சில சமயம் பலஹீனமாகவும் ஆன துண்டு. வெளிப்படையாக அவள் பேசுவதை எங்கள் வீட்டார் தவறாக நினைக்காமல் இருக்க ஆரம்பத்தில் நான் மத்தியஸ்தம் செய்ததுண்டு. பிறகு அவள் குணத்தைப் புரிந்து கொண்டு பரஸ்பரம் பேசித் தீர்த்துக் கொள்வதால் பிரச்னைகளின்றி இருக்க முடிகிறது. தன் மகளுடன் பேசிக் கொண்டிருக்கும் போது இடையில் மருமகள் வந்தால் நிறுத்தி விடும் சின்னத்தனமில்லாமல் பாத்திமாவும் அவர் களும் சேர்ந்து மணிக்கணக்காகப் பேசு வார்கள்.

'அம்மாவைப் பற்றி நமக்கு முதலிலேயே தெரியும். நல்லதுக்குத்தான் சொல்வார்கள். அட்ஜஸ்ட் செய்து கொள்' என்று வந்தவுடன் மனைவிக்குச் சொல்லி விட வேண்டும். மேலும் மணமானதும் பலர் தன் குழந்தைகளை அம்மாவிடம் விட்டு விட்டு வேலைக்குச் செல்வார்கள். இதுவரை பாரம் சுமந்தது போதும் இனியும் சுமக்க நாம் காரணமாக இருக்கக் கூடாது என்பது என் எண்ணம். அதில் நான் பிடிவாதமாக இருந்தேன். பாத்திமாவும், நானும் தனியாக்-

இருந்து பிரச்னைகளை சமாளிக்கும் பொறுப்பை ஏற்றுக் கொண்டோம். தனியாக இருந்தாலும் தினமும் பெற்றோரைச் சென்று பார்ப்போம். இருவரும் மாறி மாறி லீவு போட்டு, இருவருக்குமே முடியாத போது அம்மாவிடம் விட்டும் குழந்தையை வளர்த்து விட்டோம். பள்ளி செல்ல ஆரம்பித்து விட்டான். வயதான காலத்தில் அம்மாவுக்கு ஓய்வு கிடைக்க வேண்டும். உழைத்தது போதும் என்று மகன் நினைக்க வேண்டும். பல பிரச்னைகளுக்குக் காலம் பதில் சொல்லும் என்று மௌனமாக இருந்தாலே போதும். மொத்தத்தில் மகனின் நிம்மதி தாயின் கையில்தான் இருக்கின்றது."

டைரக்டர் திரு. எஸ்.ஏ.சந்திரசேகர் :

"இல்லை. ஆண்களின் கையில்தான் இருக்கிறது" என்றார் சந்திரசேகர். "தனக்குச் சொந்தமான சொத்து கைநழுவிப் போய் விடுமோ என்ற ஆதங்கத்தில் தாய் மருமகளுடன் சுமுகமாகப் போக மறுக்கிறாள். தன் உரிமையை நிலைநாட்டவும், தனக்கே கணவர் சொந்தம், தன்னுடனேயே அதிக நேரம் இருக்க வேண்டும் என்றும் போராடுகிறாள் மனைவி. இளம் வயது மோகம் காரணமாகவும், மனைவியைச் சந்தோஷப்படுத்தவும் அவளுக்காக பரிந்து பேசி தாயின் வெறுப்புக்கு ஆளாகிறான் மகன். தாயே பார்த்துப் பார்த்துத் தேர்ந்தெடுத்த பெண்ணுக்குத்தான் இந்த நிலை. இதில் ஆணின் நிலை என்ன என்பது தான் கேள்வி. நடிப்புதான். டைரக்டரான நானும் வாழ்க்கையில் நடித்தேன். நடிக்கத் தெரியாதவன் கதி அதோகதிதான். மனைவிக்குப் பணிந்தால் பெண்டாட்டிதாசன், அம்மாவுக்குப் பணிந்தால் அம்மா பிள்ளை என்ற பட்டங்கள் கிடைக்கும். எனவே ஆரம்பத்தில் நடித்தால்தான் 'பாலன்ஸ்' செய்ய முடியும்.

ஷோபாவைத் திருமணம் செய்து கொண்டதும் என் தாய் சிறிது மனத்தாங்கல் அடைந்தார். இவர்கள் இருவரையும் இணைக்கும் பாலமாக செயல்பட நினைத்துத்தான் வாழ்க்கையில் நடிகனானேன். நான் செய்ய வேண்டிய காரியங்களை, கடமைகளை என் மனைவி மூலம் செய்ய வைத்தேன். அவளுடன் நெருங்கிப் பழகவும், புரிந்து கொள்ளவும் அம்மாவிற்கு அவை சந்தர்ப்பங்களாக அமைந்தன. புடவை எடுத்தாலும் ஷோபாவே தனக்கும், மாமியாருக்கும் எடுத்துத் தருவாள். இதனால் மருமகளுக்கும் அங்கு உரிய ஸ்தானமும், பெருமையும் கிடைத்தது. இருவருக்கும் அன்னியோன்னியம் ஏற்பட்டது. என் மகளை விட மருமகள் நன்றாகக் கவனிக்கிறாள் என்று வெளியே பெருமைப்பட ஆரம்பித்தாள் என் தாய்.

பிரச்னைகள் ஏற்பட்டால் தனியாக அம்மாவை சமாதானப்படுத்துவேன். மனைவியிடம் நெருங்கியிருக்கும் போது "என்ன செய்வது? நாற்பதில் நாய் குணம் என்பார்கள். வயதானவள். அதற்கு மரியாதை தந்து பொறுத்துப் போ" என்பேன். முதலில் புருஷனுக்காக விட்டுக் கொடுத்தாலும் பழகியதும் அவளுக்கு அது இயல்பாகி விட்டது. குடும்பம் நன்கு அமைவது ஆணின் கையில்தான் உள்ளது. என்னிடம் ஷோபா கதை ஒன்றைச் சொல்



வாள். அதற்கு வடிவம் கொடுத்து சிரமப்பட்டு நான் படம் எடுத்தாலும் மூலக்கதை ஷோபா என்று போடுவேன். மனைவியைக் கௌரவப் படுத்துவது நம் மகிழ்ச்சிக்காகவும்தான். முதலில் நடித்தாலும் போகப் போக அது இயல்பாகவே ஆகிவிடும்.

காதல் என்பதெல்லாம் ஒன்றுமில்லை. கல்யாணத்துக்குப் பிறகு தம்பதிகள் மனமொத்து காதலித்து வாழ்வதுதான் உண்மையான காதல் (காதலிக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்!) குறை இல்லாதவனே இல்லை. அதனால் குற்றம் சுமத்தாதீர்கள். குறை வேறு. குற்றம் வேறு. எப்பேர்ப்பட்டவர்களையும் நடித்துத் திருத்தி விடலாம்" என்கிறார் நடிகர், சாரி, டைரக்டர் சந்திரசேகர்!

- பானுமதி ராமச்சந்திரன்

MULTIPLE
FINANCE AND INVESTMENTS

ஃபிக்சட் டெபாசிட்

குறைந்தபட்ச தொகை	காலம்	வட்டி விகிதம் (ஆண்டிற்கு)	ஊக்கத்தொகை
ரூ.10,000/-	ஓர் ஆண்டு	24%	6%

க்யூமுலேடிவ் டெபாசிட்

குறைந்தபட்ச தொகை	காலம்	முதிர்வுத் தொகை	பரிசு
ரூ.10,000/-	33 மாதங்கள்	ரூ. 20,000/-	1 கிராம் தங்க காசு
ரூ.25,000/-	60 மாதங்கள்	ரூ. 1,00,000/-	2 கிராம் தங்க காசு

வட்டியானது பின் தேதியிட்ட காசோலைகளாக வழங்கப்படும்.

முதிர்வுத் தொகை பின் தேதியிட்ட காசோலையாக வழங்கப்படும்.

MULTIPLE FINANCE AND INVESTMENTS

HO: F2, இரண்டாவது மாடி, ஸ்வாதி காம்ப்ளக்ஸ், 34, வெங்கட்நாராயணா சாலை, (நந்தனம் டிராபிக் சிக்னல் அருகில்) **சென்னை** - 600 035. போன்: (044) 455130

கிளை அலுவலகங்கள்:

9, முதல் மாடி, எஸ்.ஆர்.சி. காம்ப்ளெக்ஸ், 25-பி, எஸ்.என். ஹைரோடு, **திருநெல்வேலி ஜங்ஷன்** - 627 001. போன்: (0462) 338544.

5, இரண்டாவது மாடி, ஜெனண்டர் காம்ப்ளெக்ஸ், 1951, திருச்சி ரோடு, ராமநாதபுரம், **கோயம்புத்தூர்** - 641 045. போன்: (0422) 211426

லக்ஷ்மி காம்ப்ளெக்ஸ் முதல் மாடி, 26, ஆபீசர்ஸ் லைன், **வேலூர்** - 632 001.

10, இரண்டாவது மாடி, SVV காம்ப்ளெக்ஸ், (சிப்பி தியேட்டர் எதிரில்), No.9, சாஸ்திரி சாலை, தில்லை நகர், **திருச்சி** - 620 017. போன்: (0431) 33076.

5/13, ராகவன் தெரு, முதல் மாடி, (கௌரி தியேட்டர் எதிரில்), சுவர்ணபுரி, **சேலம்** - 636 004. போன்: (0427) 448683

15, மூன்றாவது மாடி, 52, தமிழ் சங்கம் ரோடு, (தமிழ் சங்கம் அருகில்) **மதுரை** - 625 001.

180, வைசால் தெரு, இரண்டாவது மாடி, (அண்ணாசாலை பிரிவு), **பாண்டிச்சேரி** - 605 001. போன்: (0413) 39960.

முதல் மாடி, தீவான் காம்ப்ளெக்ஸ், 64, மடம் தெரு, **கும்பகோணம்** - 612 001.

இரண்டாவது மாடி, 335, காந்தி சாலை, **காஞ்சிபுரம்** - 631 501.

நரசம்மா காம்ப்ளெக்ஸ், (Ground Floor), பஸ் நிலையம் எதிரில், **ஓசூர்** - 635 109.

4, (Ground Floor), டாக்டர் ஜெயலலிதா காம்ப்ளெக்ஸ், திருமங்கலம், அண்ணா நகர் மேற்கு, **சென்னை** - 600 040.

வெண்டைக்காய் சாப்பிடுங்கள்

அற்புதமான காய்கறி வெண்டைக்காய். அதன் முழு சிறப்பை நாம் உணராமல், "வெண்டைக்காய் சாப்பிட்டால் கணக்கு நன்றாக வரும்" என்போம். ஆனால் ஆயுர்வேத, யுனானி மருத்துவமுறையில் வெண்டைக்காய் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. பலவிதமான மசாலாக்கள் திணிக்கப்பட்டு, எண்ணெயில் பொரிக்கப்பட்டு வெண்டைக் காய், உண்ணப்படுவதால் பொதுவாக இதன் இயற்கைச் சத்துக்கள் நமக்குக் கிடைப்பதில்லை. உடலிலுள்ள செல்களையெல்லாம், ஒற்றுமைப்படுத்தக்கூடிய தன்மையுடையது வெண்டைக்காய்.

கால்சியம், இரும்பு, அயோடின் போன்ற தாதுப் பொருட்கள், கரோட்டீன், அஸ்கார்பிக் அமிலம் போன்ற வைட்டமின்கள் பெக்டின் போன்ற, ஒட்டிக் கொள்ளும் தன்மையுடைய பொருளும் மாவுச் சத்து, கொழ கொழப்பான சத்து போன்றவை வெண்டைக்காயில் அபரிமிதமாக இருக்கின்றன. இவ்வாறு பலவிதமான சத்துக்களைக் கொண்டுள்ளதால், மிக அதிக அளவில் நார்ச் சத்துள்ளதாக இருக்கிறது.

ஜீரண உறுப்புக்களைச் சரியான கண்டிஷனில் வைத்திருக்க உதவுகிறது நார்ச்சத்து. உடலில் சேரும் வேண்டாத பொருள்களை உடனுக்குடன் வெளியேற்ற ஜீரண உறுப்புக்களுக்கு மிகவும் உறுதுணையாக இருப்பது நார்ச்சத்து. இந்த நார்ச்சத்து இயற்கை நமக்களித்துள்ள மலமிளக்கி.

நார்ச்சத்துக்களில் பலவிதங்கள் உண்டு. ஆனால் அடிப்படையான நார்ச்சத்துக்கள் இரண்டு - ஒன்று, ஸ்பாஞ்ஜ் போன்றது. இவ்விதமான நார்ச்சத்து ஸ்பாஞ்ஜைப் போலவே செயல்பட்டு, நீர், கொழுப்புச் சத்து, கொலஸ்ட்ரால் போன்றவற்றை ஈர்த்துக் கொண்டு உடலைப் பாதுகாக்கிறது. இன்னொரு அடிப்படையான நார்ச்சத்து, நாம் குப்பையைக் கூட்டி சுத்தம் செய்ய உபயோகிக்கும் விளக்குமாறு போன்றது. விளக்குமாறு எவ்வாறு குப்பையைக் கூட்டித் தள்ள உதவுகிறதோ, அது போல, உடலுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும் பொருள்களை, இவ்வகை நார்ச்சத்து விரைவாக வெளியேற்றுகிறது. பசியைக் கட்டுப்படுத்தி, உடல் எடையைச் சமனப்படுத்தக்கூடியது நார்ச்சத்து.



வெண்டைக்காயில் மேலே கூறப்பட்டுள்ள, ஸ்பாஞ்ஜ் போன்ற நார்ச்சத்தும், விளக்குமாறு போன்ற நார்ச்சத்தும் உள்ளது. எனவே, வெண்டைக்காய், கொழுப்புச் சத்துக்கள்

கொலஸ்ட்ரால் போன்றவற்றை ஈர்த்துக் கொண்டு விடுவதால், நாம் சாப்பிட்ட பிறகு, ஒரு திருப்தியான உணர்வு ஏற்படுகிறது.

இவ்வாறு, பிரமிக்கத்தக்க தன்மைகளைக் கொண்ட வெண்டைக்காய், உஷ்ணப்படுத்தும் போது, சிதைவடைகிறது. அதனுடைய இயற்கையான சத்துக்கள் அழிக்கப்பட்டு விடுகின்றன. வெண்டைக்காயின் கொழ கொழப்பை நீக்குவதற்காக, நிறைய எண்ணெய் விட்டு வெண்டைக்காயை வதக்குகிறோம். மசாலா நிறைத்து, எண்ணெயில் பொரித்து எடுக்கிறோம். இவ்வாறு சமைக்கப்படும் வெண்டைக்காய், இயற்கை நமக்கு அளித்துள்ள மலமிளக்கியான நார்ச்சத்தை இழந்து விடுகிறது.

கூடியவரை, வெண்டைக்காயை, அப்படியே பச்சையாகச் சாப்பிடுவது மிகச் சிறந்தது. பச்சையாக சாப்பிட முடியாதவர்கள் வாணலியில் ஒரு துளி எண்ணெய் விட்டு, நிமிடத்துக்குக் குறைவாக வதக்கினால் போதுமானது. நல்ல பச்சை நிறமாக உள்ள வெண்டைக்காய் குளோரோஃபில் நிறைந்தது. பச்சை நிறமாக உள்ள பிஞ்சு வெண்டைக்காயை, பொடியாக நறுக்கி, தயிர் கூட்டி அல்லது எலுமிச்சைச்சாறு சேர்த்து உண்ணலாம்.

பொதுவாக நாம் வெண்டைக்காயின் காம்புப் பகுதியை வெட்டி எறிந்து விடுகிறோம். தோசை மாவு தயாரிப்பில் உளுத்தம் பருப்புக்குப் பதிலாக; இக்





காம்புகளைப் போட்டு அரைத்துப் பயன்படுத்தலாம்.

வெண்டைக்காய், முற்றியதாக இருந்தால் எறிந்து விட வேண்டாம். உரித்து, உள்ளேயிருக்கும் விதைகளை உலர வைத்து, எந்தவித சட்னியோடும் சேர்த்து அரைக்கலாம். உலரவைத்த விதைகளைப் பொடித்துக் கஷாயம் செய்து குடித்தால் சளி, ஜுரம், போன்றவை குணமாகும். சிறுநீர் கழிப்பது பிரச்னையாக இருப்பவர்களுக்கு இக் கஷாயம் ஒரு வரப்பிரசாதம் – குடித்தால் தாராளமாக சிறுநீர் கழியும். வெண்டைச் செடியின் வேரை நன்றாகக் கொதிக்க வைத்து நீரைக் குடித்தால் இரணம் ஆறும்.

வெண்டைக்காய் ஆண்டு முழுவதும் வளரக்கூடிய செடியாகும். தொட்டிகளில் கூட வளர்க்கலாம். 40லிருந்து 60 நாட்களில் காய்க்கும்.

– ராஜி



அழகோ அழகு...!
(உங்கள் செல்லமா, உங்கள் குழந்தையின் செல்லமா ?)
அந்த புஸ் புஸ் கன்னங்கள். அந்த முத்துப்பல் சிரிப்பு. மின்னியை அவள் அணைத்திருக்கும் விதம். எல்லாமே அவள் ஒரு நல்ல நட்பை பெற்றுவிட்டதன் அடையாளங்கள். மிக்க நன்றி. லியோ மேட்டல் பொம்மைக்கும்.
இது உங்கள் குழந்தைக்கு ஒரு உண்மையான சந்தோஷப்பரிசு.
LEO MATTEL
விளையாடு விழிப்புடன்
HTA.I.340.96
புதிய வரவுகள்

"அன்போடு ஒரு வார்த்தை அல்லது அமைதியாக ஒரு பார்வை"

தயவுசெய்து மேற்கூறிய வாக்கியங்களுள் ஏதாவது ஒன்றை உபயோகப்படுத்துங்கள். என்ன விஷயம் என்றால், இதை எப்பொழுது உபயோகப்படுத்த வேண்டும் என்றால், அள வுக்கு மீறி உடல் எடை உடையவர்களை பார்க்கும் போது அன்போடு தன்னம்பிக்கை உண்டு பண்ணக்கூடிய வார்த்தைகளை பேசுங்கள். அதற்கு முடியவில்லையென்றால் நேசத்தோடு, அமைதியாக ஒரு பார்வையோடு மட் டும் செல்லுங்கள்.

ஏனென்றால் தீராத நோய் உடையோர், உடல் ஊனமுற்றோர் ஆகியோருடைய உள்ளங்களை போலவே இவர்களுடைய நெஞ்சங்களும் வேதனையால் விண்டுதான் போயிருக்கின்றன. அதிலும் காரியம் தன் கையையும் மிஞ்சி போனவர்களின் நிலை மிகவும் பரிதா பத்திற்குரியது.

அளவுக்கு மீறிச் செல்லும் உடல் எடையைக் கட்டுப்படுத்துவது என்பது சிலருக்கு வேலியைத் தாண்டி வளர்ந்து வெளியே செல் லும் கொடியை வளைத்து வெகு லகுவாக உள்ளே கொண்டு வந்து படர விடுவது போலவும், ஆனால் ஒரு சிலருக்கோ நூலறுத்த பட்டம் கைக்கு அகப்படாமல் விண்ணில் மறைவது போலவும் இருக்கிறது.

இவர்களெல்லாம் 'சாப்பாடு ராமி'கள் இல்லை!



இந்த இரண்டாவது வகையைச் சேர்ந்தவர்கள் மிகவும் பரிதாபத்திற்குரியவர்கள் என்று கூறலாம். கட்டுப்பாடான உணவு, முறையான உடற்பயிற்சி என்று எத்தனை முயற்சிகள் செய்தாலும் ஏறிய எடை இறங்குவதும் இல்லை, விரிந்த இடை சுருங்குவதும் இல்லை. இவர்களுக்குக் கிடைக்கும் பட்டங்கள் பலப்பல. வீட்டிலும் சரி, வெளியிலும் சரி, இவர்கள் மேல் பாய்ந்து குத்தி துளைக்கும் கிண்டல் கணைகள் எண்ணி லடங்கா.

எந்த ஒரு பெண்ணோ அல்லது ஆணோ தன் உடல் அளவுக்கு மீறிய எடையுடன் சதை பிதுங்கி வழியும்

கோளமாக, பின்னணியில் மூச்சிரைப் புடன் காட்சியளிப்பதை மனதார விரும்புவதில்லை. அறியாமையாலோ, உடல் மேல் கொண்ட அலட்சியத்தாலோ, நோய்க் காரணமாகவோ அல்லது பரம்பரை காரணமாகவோ இந்நிலை வரக்கூடும். எப்படியிருந்தாலும், என்ன காரணமாக இருந்தாலும் ஒட்டு மொத்த மாக இவர்களுக்கு கிட்டும் பெயர் "சரியான தீனித்தின்னி."

நல்ல ஆரோக்கியமான, எந்தவிதமான பிரச்னைகளும் இல்லாத ஆனால் ஒல்லியான உடல்வாகு கொண்ட வர்களுக்குக் கிடைக்கும் அக்கறையான விசாரிப்புகளும், அனுதாபப் பார்வை களும், ஆரோக்கியம் இல்லாத எல்லா விதமான பிரச்னைகளும் உள்ள ஆனால் உடல் எடை அதிகமாக உள்ளவர்கள் விஷயத் தில் மட்டும் மாயமாய் மறைந்து போய், கெக் கலிப்பும் கிண்டல்களும் தாராளமாக வருகின் றன.

ஆக ஒல்லியான உடல்வாகு கொண்டவர்கள் ஆரோக்கியம் இல்லாதவர்கள், அதிகமாக சாப் பிடாதவர்கள் என்றும், உடல் எடை அதிகமானவர்கள் ஆரோக்கியம் அதிக மாக உடையவர்கள், அளவுக்கதிகமாக சாப்பிடு பவர்கள் என்றும் எண்ணக் கூடிய ஒரு விசேஷ மான, விநோதமான மனப்பாங்கு அநேகம் பேர்களிடையே பரவலாக இருக்கிறது.

நெரிசல் மிகுந்த பஸ்களிலும், இட நெருக்கடி உள்ள கல்யாணம் மற்றும் விசேஷங்கள் நடைபெறும் இடங்களிலும், திரைப்படங்களிலும், பத்திரிகைகளிலும் இந்த குண்டானவர்களை கேலிப் பொருளாக்கி அவர்களை திண்டாட வைக்கின்றனர்.

வாழ்ந்து அனுபவித்து வயதாகி இருப்பவர்கள் இக் கிண்டல்களுக்கு பழக்கப்பட்டு விடுவதால் இதை அலட்சியம் செய்யும் மனப்பக்குவம் அவர்களிடம் இருக்கும். ஆனால், இப் பொழுதெல்லாம் எட்டு, ஒன்பது என்று சிறிய வயது பிள்ளைகளுக்குக் கூட இந்த "உடல் எடை அளவுக்கு மீறி அதிகரிப்பு" என்ற பிரச்னை இருப்பதால், அவர்கள் கேலிக்கு ஆளாகும் போது வேதனையும், வெட்கமும் மட்டுமல்ல, அடிமனதில் ஆழமான காயம் ஏற்பட்டு சுயபச்சாதா பத்தாலும், தாழ்வு மனப்பான்மையாலும் ஆட்கொள்ளப்பட்டு அமைதியில்லா நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டு விடுகின்றனர்.

எனவே நக்கல் பேச்சுக்களுக்கு பதிலாக, "முன்னை விட இளைத்தாற் போல் இருக்கிறதே, ரெகுலராக உடற்பயிற்சி செய்கிறாயா?" என்றோ, "முயற்சி செய்தால் நிச்சயம் பலன் கிடைக்கும்" என்றோ கூறி அவர்களது தன்னம்பிக்கையையும், மனவலிமையையும் அதிகப்படுத்த நீங்கள் முயற்சி செய்தால் உடல் சுமை குறைகிறதோ இல்லையோ, இந்த உப காரத்தால் உள்ளத்தில் சுமை ஏறாமல் இருக்கும். செய்வீர்களா?

- ஆமினா

உப்புக் கண்டம் போட்டுக் காயவைத்த நார்த் தங்காய் பாட்டில் கண்ணில் பட்டது. உடனே ஒரு ஞாபகம் வந்தது. புளிப்பும், உரைப்புமாக நாக் குக்கு இதமாக ஏதாவது குழம்பு செய்யம்மா என்று வயதான அப்பா கேட்டது ஞாபகம் வந் தது. அப்பாவை எப்படி (புதிதாக) ஏதாவது செய்து, திருப்திப்படுத்துவது? இரண்டு கருள் நார்த்தங்காயை எடுத்து வெந்நீரில் ஊறவைத் தேன். வாணலியில் சற்று கூடுதலாக எண்ணெய் ஊற்றி, ஊறவைத்த நார்த்தங்காய், ப. மிளகாய் நறுக்கிப் போட்டு வதக்கி, புளியைக் கரைத்து ஊற்றி, உப்பு, காயம், கறிவேப்பிலையைப் போட் டுக் கொதிக்க வைத்தேன். விறுவிறுப்பான குழம்பு ரெடி. அப்பா ஆசையுடன் ரசித்துச் சாப்பிட்டார்.



- ஜானகி ரங்கனாதன்

புக் ஷெல்ஃப்



ஸ்ரீமாதா

மகாசக்தியின் பல்வேறு திருநாமங்களில் ஒவ்வொன்றிற்கும் ஒவ்வோர் அற்புத சரித்திரம் உண்டு. இங்கு ஸ்ரீ லலிதா தேவியின் திவ்யலீலைகளைக் கூறுகிறார் ஆசிரியர் ரா. கணபதி.

விலை ரூ. 18.00

அற்புதம் அறுபது

ஸ்ரீ சாயி பகவானின் அற்புத லீலைகளைச் சுவையான சம்பவங்களாக வடித்திருப்பவர் ரா. கணபதி.

விலை ரூ. 20.00

(இரண்டும் - திவ்ய வித்யா டிரஸ்ட், 106/1, ஹபிபுல்லா சாலை, தி.நகர், சென்னை - 600 017.)

நினைத்தது நிறைவேற நலம் தரும் மந்திரங்கள்

விநாயகர் அகவல், அபிராமி அந்தாதி இவற்றின் மந்திர சக்தியினை உணர்த்துபவர் ஈசாந்தி முருகேஷ்.

விலை ரூ. 12.00

உடல் நலம் காத்து பிணியகற்றும் கீரைகள்

கறிவேப்பிலை முதல் பல கீரைகளின் சிறப்பினைக் கூறுபவர் ஜெயலட்சுமி ராமதுரை.

விலை ரூ. 17.00

(இரண்டும் - கவிதா பப்ளிகேஷன், த.பெ. எண். 6123, 8, முத்துகிருஷ்ணன் தெரு, பாண்டி பஜார், தி.நகர், சென்னை - 17.)

வெற்றி மேல் வெற்றி வேண்டுமா?

யோசனைகள் கூறுபவர் யோகேஷ் மித்ரா.

விலை ரூ. 18.00

(தமிழரசி பதிப்பகம், 18/1, ராஜாபாதர் தெரு, தி.நகர், சென்னை - 600 017.)

வாழப் பிறந்தோம்

தன்னம்பிக்கையைத் தூண்டும் கட்டுரைகள். ஆசிரியர் சுப. நாராயணன்.

விலை ரூ. 25.00

(இமயப் பதிப்பகம், 8, நீலா தெற்கு வீதி, நாகப்பட்டினம் - 611 001.)

சமர்த்துக் குழந்தைகளை உருவாக்க

யோசனைகளைக் கூறுபவர் கமலநாதன்.

விலை ரூ. 20.00

மீண்டும் சங்கர விஜயம்

காஞ்சி மகா சுவாமிகள் தன் வாழ்நாளில் உலக நன்மைக்காகப் பல்வேறு துறைகளில் ஈடுபாடு காட்டி வழிநடத்தியதை விவரித்திருப்பவர் எஸ். லட்சுமி சுப்பிரமணியம்.

விலை ரூ. 30.00

(இரண்டும் - வானதி பதிப்பகம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி.நகர், சென்னை - 17.)

உறவில் கலந்து உணர்வில் நனைந்து....

பல்வேறு தரப்பட்டவர்களின் வாழ்க்கையில் நடந்த உண்மைச் சம்பவங்களைத் தனக்கே உரிய முறையில் வடித்திருப்பவர் பாலகுமாரன்.

விலை ரூ. 23.00

(விசா பப்ளிகேஷன்ஸ், 55, வெங்கட்நாராயணா சாலை, தி.நகர், சென்னை - 600 017.)

ஆயுள் தண்டனை

ஓர் இளம் பெண்ணின் கனவுகளைப் பொசுக்கியவனுக்குக் கிடைக்கும் ஆயுள் தண்டனை பற்றி எழுதியிருப்பவர் சிவசங்கரி.

விலை ரூ. 37.00

(திருமகள் நிலையம், 55, வெங்கட நாராயணா சாலை, தி. நகர், சென்னை - 600 017.)

லக்கினங்களில் கிரகங்கள்

ஜாதகம், ஜோதிடம் இவற்றில் ஆர்வமுள்ளவர்களுக்கான நூல். ஆசிரியர் - மு. மாதேஸ்வரன்.

விலை ரூ. 18.00

திருமணப் பொருத்தம்

விவாகப் பொருத்தம் பார்ப்பது எப்படி என விவரிப்பவர் மயிலை பூபதிராஜன்.

விலை ரூ. 17.00

(இரண்டும் - யமுனா பிரசுரம், 18/1, ராஜா பாதர் தெரு. தி. நகர், சென்னை - 600 017.)

பிரசவ கால ஆலோசனைகள்

கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்குத் தேவையான நிறைய செய்திகள். தொகுப்பு - கல்யாணி.

விலை ரூ. 18.00

குழந்தை வளர்ப்பு

இளந்தாய்மார்களுக்கு உபயோகமான நூல்.

விலை ரூ. 20.00

(இரண்டும் - சேது அலமி பிரசுரம், 8, முத்து கிருஷ்ணன் தெரு, பாண்டி பஜார், சென்னை - 600 017.)

1996 - ஆம் ஆண்டு ராசிபலன்

12 ராசிகளுக்கும் ஆண்டு பலன்கள் மற்றும் மாதாந்திர சிறப்புப் பலன்கள். ஆசிரியர் - விட்டலாபுரம் ராஜன்.

விலை ரூ. 15.00

அப்புசாமியின் தாலி பாக்கியம்

புகழ்பெற்ற அப்புசாமி சீதாப்பாட்டி தம்பதிகளின் நான்கு கதைகள். ஆசிரியர் - பாக்கியம் ராமசாமி.

விலை ரூ. 25.00

(இரண்டும் - மணிமேகலைப் பிரசுரம், த.பெ. எண். 1447, 4, தணிகாசலம் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 17.)

பெண்களுக்குரிய நவீன உடைகள்

வெட்டும் விதமும் தைக்கும் முறையும் ஆசிரியர் ஆர். எஸ். பாலகுமார்.

விலை ரூ. 6.00

(இரண்டும் - அனுராகம், 10, கண்ணதாசன் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 17.)

உடல் இளைக்க இயற்கை வைத்திய முறைகள்

மனோதத்துவ யோசனைகளுடன் கூறுபவர் என். ஜனார்த்தனன்.

விலை ரூ. 14.00

மகிழ்ச்சி நிறைந்த மணவாழ்க்கைக்கு மணியான யோசனைகள்

புதுமணத் தம்பதிகள் படிக்க வேண்டிய நூல். ஆசிரியர் பி. எஸ். ஆர். ராவ்.

விலை ரூ. 41.00

(இரண்டும் - நர்மதா பதிப்பகம், 16/7, ராஜாபாதர் தெரு, பாண்டி பஜார், தி. நகர், சென்னை - 17.)

தாமரைச் செல்வி

வாழ்க்கைப் போராட்டத்தில் சிக்கித் தவிக்கும் இளைஞனின் கதை. ஆசிரியர் - அமுதா கணேசன்.

விலை ரூ. 25.00

கனாக் காணும் உள்ளம்

இரண்டு இளம் உள்ளங்களைப் பற்றிய சுவாரஸ்யமான, வேகமான நாவல். ஆசிரியர் - என். சி. மோகன்தாஸ்.

விலை ரூ. 37.00

(இரண்டும் - கங்கை புத்தக நிலையம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017.)



❐ பெண்களின் அந்த அசௌகரியமான நாட்கள் போல ஆண்களுக்கும் எரிச்சல் தரும் விஷயம் உண்டு. அதுதான் காலை நேர அவசர ஷேவிங். சிலர் இதைத் தவிர்க்கவே தாடி வளர்ப்பதும் உண்டு. ஆனால் எல்லா மனைவிகளும் விரும்புவது விளம்பரத்தில் வருவது போன்ற 'மழமழ' கன்னம் தான்.

கணவர் ஷேவிங் செய்து கொண்டு இருக்கும்போது ஏதாவது 'தொண தொண' என்று பேசாதீர்கள். ஷேவிங் முடித்தபின் சிறிது தேங்காய் எண்ணெய் கொடுத்து முகத்தில் தேய்க்கச் சொல்லவும். தேங்காய் எண்ணெய் முகத்தின் எரிச்சலைப் போக்கும். தேங்காய் எண்ணெய் தடவுவது முகத்திற்குப் பொலிவைத் தரும். விலை உயர்ந்த 'ஆஃப்டர் ஷேவ் லோஷன்' தேவைப்படாது. லோஷனின் வாசனையை விரும்பாத ஆண்கள் குளித்தபின் சிறிது பன்னீரை முகத்தில் தடவி, பின்பு பவுடர் பூச நாள் முழுவதும் புத்துணர்வுடன் இருக்கலாம்.

உங்கள் கணவர் நல்ல தரமான ப்ளேடு உபயோகிக்கிறாரா என்று பார்த்துக் கொள்ளவும். அடிக்கடி சோப் தேய்க்க உபயோகிக்கும் பிரஷ்ஷை மாற்றவும். உறவினர்கள் வீட்டிற்கோ, வெளியூர் செல்லும் போதோ மறக்காமல் ஷேவிங் செட்டை எடுத்துச் செல்லச் செய்யுங்கள். மற்றவர் உபயோகிப்பதை உங்கள் கணவர் உபயோகிக்க வேண்டாம் என்று சொல்லுங்கள். அதேபோல் கணவர் உபயோகிப்பதை வேறு யாருக்கும் தராமல் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். இது பல சரும வியாதிகளையும், தொற்று நோய்க் கிருமிகள் பரவுவதையும் தடுக்கும்.

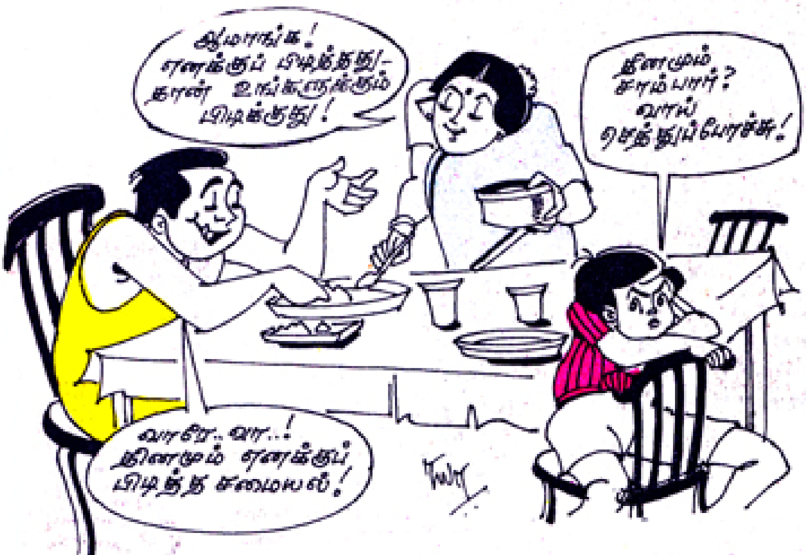
❐ ஆண்களுக்கு வெளியில் செல்லுவதால் தலையில் அழுக்கு அதிகமாகப் படியும். உங்கள் கணவருக்காகத் தனியே தலை வாரும் சீப்பு வைக்கவும். இதையும் அடிக்கடி சுத்தம் செய்து வையுங்கள். பெண்ணைப் போலவே ஆண்களும் ஆயில் மசாஜ், எலுமிச்சை சாறு, புளித்த தயிர் போன்றவற்றைத் தலையில் தேய்த்து ஊறியபின் குளிக்கலாம். விடுமுறை நாட்களில் உங்கள் கணவரை இவ்வாறு செய்யச் சொல்லலாம். பொடுகுத் தொல்லை ஆண்களுக்கு சகஜம். நல்ல தரமான

கணவருக்கு உதவ சில டிப்ஸ்!

ஷாம்புவை உபயோகிக்க வைக்கலாம்.

❒ சில ஆண்களுக்கு இள வயதி லேயே பித்த நரை தோன்றி, நரைத்த முடியுடன் இருப்பார்கள். இவர்களுக் குத் தரமான ஹெர்பல் ஹேர் டை உபயோகிக்கலாம். ஆனால், சில பேருக்கு டை போட்டால் அலர்ஜி ஏற்படுவதும் உண்டு. இதுபோல் இருப்பவரை டை போடும்படி வற்புறுத்த வேண்டாம்.

❒ மாதத்தில் ஒருநாளாவது உங்கள் கணவரின் உடைகளை 'செக்' செய்து பட்டன் உடைந்த ஷர்ட்டில் பட்டன் தைத்து வைக்கவும். சில வீடுகளில் காலை நேர அவசரத்தில் பட்டன்



இல்லாத ஷர்ட்டால் சண்டையே ஏற்படும்.

❒ கணவர் உபயோகிக்கும் காலணிகளை மாதம் ஒருமுறையாவது சுத்தம் செய்து வெயிலில் சிறிது நேரம் வைக்கவும்.

❒ காலையில் கணவர் அலுவலகம் கிளம்பும் நேரத்தில் குடும்பம், குழந் தைகள் பிரச்னைகளைப் பேசாதீர்கள். அதேபோல் மாலை வீடு திரும்பிய பின் உடனே எந்த விஷயத்தையும் பேசாதீர்கள். சிறிதுநேரம் 'ரிலாக்ஸ்' செய்தபின் பேசுங்கள்.

❒ முக்கியமான விஷயம் உங்கள் கணவரின் படிப்பு, வேலை வசதி, பண வரவு எதையும் அடுத்தவருடன் 'கம்பேர்' செய்து பேசாதீர்கள். உங்கள் கணவரின் வசதிக்கேற்ப குடும்பம் நடத்தக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

❒ கணவரின் உறவினர் வீட்டு விசேஷங்களில் முழு மனதோடு கலந்து கொள்ளுங்கள். அங்கும் சென்று அவர் களிடம் உங்கள் கணவரைப் பற்றிப் புகார் செய்யாதீர்கள். "எனக்கு நேரம் இல்லை, தலைகாட்டிவிட்டுப் போக லாம் என்று வந்தேன்" என்று பிகு செய்து - 10 அல்லது 15 நிமிடம் மட்டும் இருப்பேன் என்று உறவினர்களிடம் சொல்லாதீர்கள்!

❒ வயதான மாமனார், மாமியார் இருந்தால் அலட்சியம் செய்யாதீர்கள். உங்களுக்கும் வயதாகும் ஒருநாள். அப் பொழுது மற்றவர் உதவி வேண்டும் உங்களுக்கும். கூட்டுக் குடும் பத்தில் இருப் பவர்கள் எப் பொழுதும் எந்தப் பிரச்னையையும் பெரிதாக்கி கண வரிடம் புகார் செய்து வீட்டின் அமைதியைக் கலைத்துவிடும் மனைவியாகச் செயல்படாதீர்கள்.

❒ வேலைக்குச் செல்லும் மனை வியோ அல்லது இல்லத்தரசியோ என்றாலும் கண வருக்குப் பிடித்த உணவை மாதத்தில் சில நாட்களாவது செய்யவும். 'எனக் காகச் செய்தாள்' என்ற அவரின் பெருமிதம் குடும்ப உறவில் எவ் வளவோ அழகாகப் பிரதிபலிக்கும். சாப்பிடும் நேரத்தில் ஒன்றாக அமர்ந்து மகிழ்ச்சியாகச் சாப்பிடுங்கள். டீ.வி. பார்த்துக் கொண்டும் குடும்பப் பிரச் னைகளைப் பேசிக் கொண்டும் சாப் பிடாதீர்கள். எப்பொழுதும் சுத்தமான ஆடையுடன், பளிச்சென்ற புன்னகை முகத்துடன் இருங்கள். எதையும் பாஸிடிவ் ஆக எடுத்துக் கொள்ளுங் கள். கணவர் 'சர்ப்ரைஸ்' ஆக வாங்கித் தரும் புடைவை பிடிக்கவில்லை என்று குறை சொல்லாதீர்கள்.

— பவானி சந்திரசேகரன்

இன்றைய இளைஞன் பார்க்க நேருவதெல்லாம் சினிமாவில் கதாநாயகன் 'காலடித்தொழும்' கதாநாயகிகளைத்தான். நேரில் பழக சந்தர்ப்பம் இருப்பதில்லை. ஆனால் திருமணம் ஆகி ஒரு புதுப்பெண்ணை நெருங்கும்போது, 'இன்றைய நவீனபெண்' சிந்தனையாலும், செயலாலும் அவனை பிரமிக்க வைக்கிறாள்.





உடையாத இதயங்கள்...

இதனால் இளைஞர்கள், தான் பார்த்த 'பழைய அப்பா—அம்மா' வைப்போல கையாள முடியாமல் திணறித்தான் போகிறார்கள். திருமணமானவுடன் ஏகப்ரச்னைகள்!

பெரும்பாலும் இளைஞர்களே படிக்கும் நேஷனல் ஆங்கிலப்பள்ளியின் முதல்வர் திருமதி. மோகனா சந்திர சேகர் இதற்கு தன் அனுபவ ரீதியில் கூறுகிறார்—

இன்றைய இளைஞர்களே! படிப்பிலும், வாதத்திலும், முடிவு எடுக்கும் திறமையிலும், தங்கள் உரிமைகளை நிலை நாட்டுவதிலும் உங்களுக்குச் சரிநிகர் சமமாகப் போட்டியிடும் இன்றைய பெண்களைப் பார்த்து எரிச்சல் வருகிறது இல்லையா? அதனால் அவர்களைச் சமாளித்து, நீங்கள் வலிமை மிக்க ஆண்கள், பெண்களைவிட ஆற்றல் மிக்கவர்கள், என சமூகத்தில் நிலை நாட்ட ரொம்பவும் போராட வேண்டிய சூழ்நிலை உருவாகியுள்ளதை எண்ணி உங்களுக்கு அடிக்கடி மன இறுக்கம் (Stress) ஏற்படுகிறதா?

பெண்ணோடு போட்டியிடுகிறோம் என்ற உணர்வைச் சற்றே மனதிலிருந்து அகற்றிவிட்டு, எனக்கு இணையான, திறமையுள்ள ஒரு நபரை பள்ளியில், கல்லூரியில், அலுவலகத்தில் சந்திக்கிறேன். என் திறமையை மேலும் வளர்த்துக் கொள்ள இந்த வாய்ப்பு உரமாக அமையும் என எண்ண, பழகிக் கொள்ள இன்றே ஆரம்பித்து விடுங்களேன். அந்தப் பயிற்சி, உங்கள் எதிர்கால மண வாழ்க்கையில், உங்களுக்குத் திறமை மிகுந்த வாழ்க்கைத் துணைவி அமையும்போது உங்களுக்குள்ளே ஒரு தாழ்வு மனப்பான்மையோ, அல்லது போட்டி, பொறாமை என்ற பிரச்னைகளோ இல்லாத வாழ்க்கை எளிதாக அமைந்துவிட வழி வகுக்குமே!

இன்றைய பெண்கள் சுதந்திர உணர்வு மிகுந்தவர்களாக இருக்கிறார்கள். போலியான அடக்கத்தை எதிர்க்கிறார்கள். அதிகமான கண்டிப்பு அவர்களுக்குப் பிடிப்பதில்லை. மேலும், சில பெண்கள், தங்கள் விருப்பு வெறுப்புகளை, சுக துக்கங்களை சக தோழிகளுடன் பகிர்ந்து கொள்வதோடு அல்லாமல் சக தோழர்களிடமும் பகிர்ந்து கொள்வதில் தவறில்லை என்ற நோக்கு உடையவர்களாக இருக்கிறார்கள். அது சரியா தவறா, எந்த எல்லைவரை சரி என்பதெல்லாம் வேறு விஷயம். தற்போது உங்கள் பிரச்சினை என்னவென்றால் அத்தகைய சூழ்நிலையில் உங்கள் எண்ணங்களும், செயல்களும்

எவ்வாறு அமைய வேண்டும் என்பதுதான். பேச்சில், மனதில், செய்கைகளில் கம்பீரமான அடக்கம் காணும் பெண்களிடம் நீங்கள் பழகுவதிலோ, ஒருவர் மற்றவருடைய உணர்வுகளைப் பகிர்ந்து கொள்வதிலோ, உங்களுக்கு எந்தவிதமான தவறான பாதிப்பும் ஏற்படுவதில்லை. ஆனால் பகட்டு வாழ்வின் மோகத்தாலோ, மனக்கட்டுப்பாடற்ற நிலையிலோ, ஒரு சில பெண்கள், உங்கள் கவனத்தைத் தங்களிடம் ஈர்க்க முற்படும் போது, நீங்கள் உங்களை "சினிமா ஹீரோ"க்களாக எண்ணி; செய்யும்செயல்களே உங்களைப் பாதாளத்திற்குத் தள்ளும்போது, திசையறியாது திணறிவிடுகிறீர்கள். சமுதாயத்திலே வில்லன்களாக மாறிவிடுகிறீர்கள். இவ்வாறான சூழ்நிலையில் சிக்காமல் இருக்க, இன்றைய வாலிபர்கள் தங்கள் உடல் வலிமையோடு, மனோ வலிமையை, (Self-control) சுயக் கட்டுப்பாட்டினை, சிறுவயது முதலே வளர்த்துக் கொள்ள பயிலவேண்டும். பெற்றோர், ஆசிரியர் கூறும் கண்டிப்பையும், அறிவுரைகளையும் புறக்கணிக்காமல் ஏற்றுக் கொள்ளும்போது அது உங்கள் எண்ணக் கட்டுப்பாடுகளுக்கு வித்திடும். இளமையில் கண்டிப்பு, உள்ளத்திற்கு கசப்பாகத் தான் இருக்கும். ஆனால் அந்தக் கசப்பு உணர்வை உங்களுக்குக் கொடுப்பவர்கள், உங்கள் உள்ளத்தின் இனிய வளர்ச்சிக்காக ஆதங்கப்படுபவர்கள். ஒவ்வொரு செயலினுடைய பின் விளைவுகளை நன்கு அறிந்தவர்கள். அனுபவத்தின் வாயிலாகப் பேசுகிறார்கள். நெருப்பில் சுட்டுக் கொண்டுதான் வாழ்க்கைப் பாடத்தை அறிந்து கொள்வேன் என்று முரண்டு பிடித்தீர்களானால், உங்களைப் படைத்த இறைவனாலும் உங்களுக்கு உதவ முடியாது.

ஆணோ, பெண்ணோ வாழ்க்கையிலே மகிழ்ச்சியைத் தேடித்தான் அவர்கள் மனம் அலைகிறது. உங்களுக்குக் குற்ற உணர்வை ஏற்படுத்தாத, பிறரிடமிருந்து மறைக்கப்பட வேண்டும் என்ற நிலையில் இல்லாத, மன நிம்மதியை அளிக்கும் காரியங்களை இன்று நீங்கள் செய்தால் தான் அது உங்களுக்கு எதிர்கால மகிழ்வு நிறைந்த வாழ்க்கைக்கு அடிகோலாக அமையும். இவைகள் உங்களுக்குச் சலிப்பூட்டும் வார்த்தைகளாக இருக்கலாம். ஆனால், உங்களிடம் உள்ள நிதானமும், ஆழ்ந்து சிந்தித்துப் பேசும் திறனும், நேர்மையான செயல் முறையுமே, உங்களுக்குச் சமூகத்தில் ஒரு உண்மையான அந்தஸ்தைத் தேடிக் கொடுக்கிறது என்பது மறுக்க முடியாத உண்மை.

அடுத்தபடியாக, இன்றைய இளைஞர்கள், அவர்கள் செய்யும் காரியங்களைத் தட்டிக் கேட்க பெரியோர் முனைந்தால் அதனைப் பல வழிகளில் நியாயப்படுத்த முயலுகிறார்கள். இதனைக் காணும் தற்கால நவீனப் பெண்கள் அத்தகைய உரிமை தங்களுக்கும் உள்ளது என எண்ணுகிறார்கள். இந்த ஒரு சூழ்நிலையில், அவர்கள் மனைவி என்ற ஒரு நிலையையும் நீங்கள் கணவன் என்ற நிலையையும் அடையும்போது, சதா சண்டை சச்சரவும், மன உளைச்சலும் தானே மிஞ்சும். வெளி நாட்டுக் கலாச்சாரத்தைப் பாராட்டும் இன்றைய இளைஞன், தனக்கு வாழ்க்கைத் துணையை இந்திய மண்ணிலே தேடுவது ஏன்! விவாகாரத்து, உங்கள் வீட்டுக் கூடத்தை எட்டிப் பார்க்காமல் இருக்க வேண்டுமே என்று, இப்போதிருந்தே குழம்பினீர்களானால் அதனைத் தவிர்க்க சிறந்த வழி, விட்டுக் கொடுத்து வாழும் மனப்பான்மையில் நீங்கள் மன்னனாக இருக்க வேண்டிய நிலையும் ஏற்படலாம் என்ற ஒரு விழிப்புணர்வை வளர்த்துக் கொள்வது தான். நீங்கள் பெயரும், புகழும் அடையும் போது, உங்கள் மனைவியும், பெயரும் புகழும் அடைய ஏதுவாக இருப்பீர்கள், என அடிக்கடி உங்கள் மனதிற்குள் சொல்லிக் கொண்டு உங்களைத் தயார் செய்து கொள்ளுங்கள்.

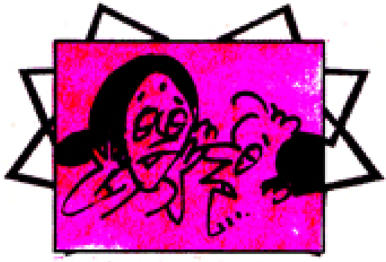


நாம் அன்றாட வாழ்வில் பொருட்களைப் பேணும் அளவு மனிதர்களைப் பேணுவதில்லை. துடைத்து துடைத்து வைக்கப்பட்ட கார், டி.வி, ஃப்ரிட்ஜ் எல்லாமே 'பளிச்' என்றிருக்கும். ஆனால் உறவு? ஏகப்பட்ட குறைகள், கண்டனங்கள் வீசப்படும். இன்னும் தெளிவாகச் சொன்னால் நெருங்கிய உறவுகள் எல்லாமே 'குப்பைக் கூடை' மாதிரித்தான். நமக்கு வேண்டாத வெறுப்பான உணர்வுகளை எறியும் இடமாக அல்லவா இருக்கிறது?

–ஜி.பூங்கோதை

நண்பர்கள் தான் உங்களிடையே மறைந்து இருக்கும் குணங்களை வெளிப்படுத்துவதற்கு உதவுவார்கள். இம்மாதிரி நட்பு கணவன் மனைவிக்கு இடையே இருந்தால் நல்லது. நடைமுறையில் கணவன் மனைவி இடையே தோழமை கிடையாது. கேலியும், கிண்டலும் கடுமையான விமர்சனங்களுந்தான் உண்டு.

— ஜி. பூங்கோதை



"நான் பெரியவன், என்னைச் சார்ந்து தான் பெண் வாழ வேண்டும்" என்று ஆண் நினைத்த காலம் என்றோ மலையேறிவிட்டது.

இரண்டு நபர்கள், ஒருவர் மற்றொருவருடைய விருப்பு, வெறுப்புகளை அறிந்து, அனுசரித்துச் செல்லும் வாழ்க்கையே உங்கள் எதிர்கால இல் வாழ்க்கையாக அமைய முடியும். நீங்கள் பிற்காலத்தில் உங்கள் குடும்பத்தில் எடுக்கும் ஒவ்வொரு முடிவிலும் உங்கள் மனைவியின் பங்குக் கண்டிப்பாக இருந்தால்தான் குடும்ப அமைதி நீடிக்கும் நிலை ஏற்படும். இன்றைய பெண்கள் தங்கள் வருங்கால கணவரிடம் எதிர்பார்ப்பது ஏராளம். தங்கள் செய்கைகளை மனம் திறந்து பாராட்டுபவர்களை நோக்கியே அவர்கள் மனம் செல்லுகிறது. தங்கள் நாயகன் தங்களிடமிருந்து ஒரு சிறுச் செயலை மறைத்தாலும், அதனை மன்னிக்க அவர்கள் தயாராக இருக்கமாட்டார்கள். ஆனால் அதே சமயம் இன்றைய பெண்கள் hen-pecked husband-ஐ விரும்புவதில்லை என்பதையும் நன்றாகப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் சுய சிந்தனை, தெளிவான உறுதியான, புத்திசாலித்தனமாகக் கட்டுப்பாட்டுக்குட்பட்ட செயல்களே அவர்களால் வரவேற்கப்படும். அப்படிப்பட்ட இருவர் சேர்ந்து வாழும் வாழ்க்கை காவியமாக அமையும்.

பெண்களுடைய வேலைகள் யாவற்றிலும், சமையல் கட்டு முதல், அவர்கள் அலுவலகப் பிரச்சினைகள், குழந்தை வளர்ப்பு ஆகிய ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் பங்கேற்க இப்போதே நீங்கள் உங்கள் வீட்டில் உங்கள் அன்னைக்கு இப்படிப்பட்ட வேலைகளைச் செய்து பயிற்சி பெறுங்கள். இதில் தவறே இல்லை. நீங்கள் "ஆண்பிள்ளை" என்பதால் வீட்டு வேலைகளில் உங்கள் வீட்டுப் பெரியோர் உங்களுக்குக் காட்டும் தனிச் சலுகைகளுக்கு இடம் கொடாதீர்கள். உங்கள் வேலைகளை நீங்களே செய்து கொள்ளப் பழக்கிக் கொள்ளுங்கள். பின்னால் இப்பொழுது கிடைக்கும் சலுகைகளை எதிர்பார்த்து மாற்றத்தில் முடியும் நிலையினை தேடிக் கொள்ளாதீர்கள். டிவி. நல்லெண்ணெய் விளம்பரத்துக் கணவனைப் போல, உங்களை உருவாக்க வேண்டிய சூழ்நிலை இன்று என்பதை உங்கள் பெற்றோரும் பெரியோரும் உணர வேண்டிய காலம் இது! "சாண் பிள்ளையானாலும் ஆண் பிள்ளை!" என்ற உரைகளுக்குச் செவி மடுத்து, உங்கள் 'Ego' வளர வழி செய்பவர்கள், உங்கள் பிரச்சினைகளில் எதிர்காலத்தில் தோள் கொடுக்க இயலாது என்பதை மனத்தில் கொள்ளுங்கள்.

நீங்கள் எந்தத் துறையில் பணியாற்றினாலும், சரி, இந்திய இளைஞன் என்பதை மனத்தில் கொண்டு, உங்கள் தனிப்பட்ட வாழ்க்கை, எதிர்கால குடும்ப வாழ்க்கை பண்புள்ளதாக அமைய உங்களை இன்று நீங்கள் தயார் செய்து கொண்டால், அதுவே நீங்கள் உங்கள் சமுதாயத்திற்கு ஆற்றும் மிகப் பெரிய தொண்டு. நமது கலாச்சாரம் அங்கும் இங்கும் சிறிது வளைந்து கொடுப்பது போன்ற பிரமை இருந்தாலும், குடும்பத்தைச் சுற்றி, பாச வலையால் பின்னப்பட்டு, நல்லொழுக்கங்களால், நமக்குக் கிடைக்கும் மன அமைதி என்ற நமது இந்திய பண்பாட்டின் ஆணிவேர் மிகவும் உறுதியானது. தரமுள்ள ஒரு இந்தியப் பிரஜையாக உருவாக வேண்டும் என்பதில் உறுதியாக இருங்கள்.

டாக்டர் கருணாநிதி (உளவியல்துறை சென்னைப் பல்கலைக் கழகம்)

"இன்றைய காலகட்டத்தில் இளைஞர்கள் சிந்தித்து சில எண்ணப்போக்குகளை மாற்றிக் கொண்டுதான் ஆகவேண்டும். நாம் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டுமென நினைப்பவைகளை நிச்சயம் நம்மால் மாற்றிக் கொள்ள முடியும். இதன்படி நம்

நடத்தைகளை நம் வளர்ச்சிக்கும், மகிழ்ச்சிக்கும் ஏற்றபடி மாற்றி அமைத்துக் கொள்ளும் திறன் நமக்கு உண்டு.

இளம் கணவன்-மனைவி இருவருமே. நல்ல கல்வித் தகுதியும், வருமானமும் உள்ளவர்களாக இருக்கலாம்; அவரவர்கள் துறைகளில் நிபுணர்களாகவும், புகழ் பெற்றவர்களாகவும் இருக்கலாம். ஆனால் அவர்கள் தங்கள் குடும்பத்தினுள் நுழையும்போது தங்கள் தொழிலையும்-அதைச் சார்ந்தவைகளையும் ஒதுக்கி வைத்து விட்டு ஒரு அன்பான தம்பதிகள்தான் தாங்களும் என்ற எண்ணத்துடன் நடந்து கொண்டால் குடும்பம் நிச்சயம் ஒரு 'பல்கலைக்கழகமாக' அமையும். அனாவசியமான கருத்து வேறுபாடுகளுக்கும் 'தான்' என்ற எண்ணத்திற்கும் அங்கே இடம் இருக்காது. அவர்களின் வருமானம் குடும்ப நலனுக்குதான் என்ற எண்ணம் இருந்து விட்டால் தாழ்வு மனப்பான்மைக்கே இடமிருக்காது.

நாம் பிறருக்காக வாழ்கிறோமா? இல்லை நமக்காக வாழ்கிறோமா- என்பதைப் புரிந்து கொண்டால் மற்றவர்களின் கேலி, கிண்டல், அனாவசியமான தலையீடுகள்- போன்ற இவைகள் குடும்பத்தில் என்றுமே ஒரு தடையாக அமையாது.

சில இடங்களில் கணவருக்கும் சில இடங்களில் மனைவிக்கும் ஒரு தனி முக்கியத்துவம் தரப்படலாம். இப்படி கிடைக்கும் பெருமைகளை அது ஒருவருக்கு மட்டுமே சொந்தம் என எண்ணாமல் இருவருக்கும் பொதுவானதுதான் அது என எண்ணும் மனப்பக்குவத்தை ஏற்படுத்திக் கொண்டு விட்டால் ஏற்றத்தாழ்வு என்பது ஒரு நாளும் வராது.

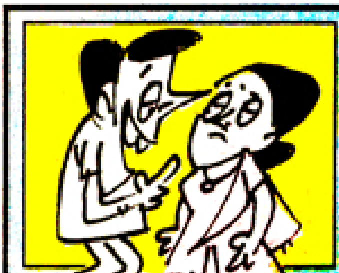
நான் இரண்டு வருடங்கள் அமெரிக்காவில் இருந்திருக்கிறேன். அங்கே ஆணும், பெண்ணும் வேலைகளைச் சமமாகப் பகிர்ந்து கொண்டு செய்வார்கள். வீடு, கழிவறைகள், கார், பாத்திரங்கள் இப்படி அனைத்தையுமே சுத்தம் செய்தல், சமையல் துணி துவைத்தல் இப்படி பலவற்றையும் முறை போட்டுக் கொண்டு தான் செய்வார்கள். இதில் எந்த தாழ்வு மனப்பான்மையையும் பார்ப்பதில்லை, மற்றவைகளுக்கு அமெரிக்காவை உதாரணம் காட்டும் நாம் ஏன் இந்த விஷயத்திலும் பின்பற்றக் கூடாது. குடும்பச் சுமைகளைச் சமமாக பகிர்ந்து கொள்வதால் தம்பதிகளிடையே நல்ல நெருக்கமும் ஏற்படும்.

கணவர், மனைவியிடையே என்றுமே ஒருவரை ஒருவர் சந்தேகப்படாத நிலை வேண்டும். "என் துணையைப் பற்றி எனக்கு நன்கு தெரியும். அடுத்தவர் சொல்லித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய நிலையில் நான் இல்லை என்ற எண்ணம் இருவருக்கும் வேண்டும்.

குழந்தைகளை வளர்க்கும்போதே மற்றவர்கள் உணர்ச்சிகளைப் புரிந்து கொண்டு மதிப்பளித்தல், மற்றவர்களுடன் ஒத்துப் போதல் போன்றவைகளைக் கற்றுத் தருவதோடு குழந்தைகளை ஆண்/பெண் என வித்தியாசம் காட்டி வேலைகள் பிரித்துத் தருவது, குழந்தைகளின் திறமைகளை ஒப்பிடுவது பாகுபாடுகாட்டுவது-போன்றவைகளைத் தவிர்த்தாலே எதிர்காலத்தில் தம்பதிகளாகக் கூடிய இன்றைய குழந்தைகளுக்கு ஒரு சிறந்த வழியாக அமையும்."

அழகு என்பது ஆண்டவனால் தரப்படுவது. மாற்றமுடியாத இதையே இன்று சில ஆயிரங்கள் செலவு செய்து மருத்துவரின் உதவியோடு பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி செய்து மாற்றிக் கொள்ள முடிகிறது. மனம் என்பது வெகு எளிதாக-நம்மால்-அதுவும் செலவே இல்லாமல் மாற்றிக் கொள்ளக் கூடிய ஒன்று! பல பிரச்சனைகளை இதனால் தவிர்க்க முடியுமென்றால் அதை மாற்றிக் கொள்வதில் என்ன தவறு?.

பேட்டி : வைதேகிதேசிகன்



'குறைகளை எங்களிடம் சொல்லுங்கள்; பாராட்டுக்களை உங்கள் நண்பர்களிடம் சொல்லுங்கள்' என்ற வாசகம் ஹோட்டலுக்கு மட்டுமல்ல; குடும்பத்திற்கும் கூடத்தான். மனைவியின் குறைகள், மற்றவரின் முன்னிலையில் விமர்சிக்கப்படும் பொழுது அவள் உடைந்து போகிறாள்.

- ஜி. பூங்கோதை

‘டிசைன் ப்ளவுஸ்’ என்றால் என்ன?



“நாளைக்கு மது குட்டிக்கு ஃபர்ஸ்ட் பர்த்டே. ரொம்ப விசேஷமாக கொண்டாடுகிறார்களாம்.”

“அழகாகப் போகணுமே.”

பீரோவிலுள்ள புடவைகளில் பிரமாதமான ஒன்றை தேடிப் பிடித்து எடுத்தாயிற்று.

“ந்சோ... புடவை அழகாக இருந்தால் போறாதே.”

“பின்னே...”

“கூடப் போட்டுக்கற ப்ளவுஸ் அதைவிட உசத்தியா ‘லுக்’கா... பளிச்சுனு... சூப்பர்ப் டிஸைனா இருக்கணுமே...”

“இருக்கா....”

“இல்லை... இனிமேதான் எடுக்கணும்”

“நாளைக்குப் பிறந்த நாள். டெய்லர் தைப்பாரா? விளையாடுறியா?”

“ரெடிமேடில் நான் நினைச்சதுக்கும் மேலா ரவிக்கை கிடைக்குமாக்கும்?”



அம்மாடி... புடவையை விட ரவிக்கையின் மீது இத்தனை ரசனையா...? ரெடி மேட் ப்ளவுஸ்களை அப்படி என்னதான் பிரமாதமான டிஸைன்களில் தைக்கிறார்கள்.

பார்க்கலாமா? கேட்டுக் கொண்டதும் நடை தானாக பிறந்தது ஆத்ரேயா கார்மெண்ட்ஸிற்கு.

வள்ளுவர் கோட்டம் ஹைரோடில் உள்ள சுதந்திர தின பூங்காவிற்கும் நுங்கம்பாக்கம் போலீஸ் ஸ்டேஷனுக்கும் இடையில் உள்ள ரெடிமேட் ரவிக்கைக் கடை அது. கண்ணாடிக்கு வெளியில் இருந்து பார்க்கும்



போதே வலுக்கட்டாயமாக வாங்கத் தூண்டும் புதிய புதிய டிஸைன்களில் உருவாக்கப்பட்ட அழகு ரவிக்கைகள். கடைக்குள் நுழைந்து ஆர்வம் பொங்க தனக்கேற்ற ப்ளவுஸ்களைத் தேர்ந்தெடுக்கும் பெண்களைப் பார்க்கும் போது நிச்சயமாக ரெடிமேட் ரவிக்கைகள் அமோக ஆதரவு பெற்றிருக்கின்றன என்பது உறுதியாகத் தெரிந்தும் இதற்கு என்ன காரணம் என்ற போது... ஆத்ரேயா கார்மெண்ட்ஸின் பெண் உரிமையாளர் திருமதி வசந்தா ராஜகோபாலன் சொல்கிறார் –

"நேரம்... நேரம்... இதுதான் முதல் காரணம். இப்போது அநேகமான பெண்கள் வேலைக்குப் போகிறார்கள். எந்தப் புடவைக்கும் அதற்கு ஏற்ற ரவிக்கைகள் அணிந்து கொள்ள விரும்புகிறார்கள். எடுத்த புடவைக்கு ஏற்ற நிறத்தில் ரவிக்கைத் துணி தேடுவதும் பிறகு அதை டெய்லரிடம் கொடுப்பதும், பின் அதை வாங்குவதற்காக டெய்லர் கடைக்குப் படை எடுப்பதும் நேரத்தை மிகுதியாக எடுத்துக் கொள்ளும் என்று நினைப்பவர்களும், சரியான ஃபிட்டிங் வேண்டும் என்பவர்களும் விதவிதமான டிசைன் கலெக்ஷன் வேண்டுபவர்களும் ரெடிமேட் ப்ளவுஸையே விரும்புகிறார்கள்.

பார்ட்டி, ஃபங்ஷனுக்குப் போகிறவர்கள் கூட முன்னதாக புதுப் புடவையோடு அதற்கேற்ற ப்ளவுஸ்கள் வாங்கி அப்போதே அணிந்து நிகழ்ச்சிக்குக் கிளம்புகிறவர்களும் இருக்கிறார்கள்.

சரியான ஃபிட்டிங் ப்ளவுஸ் என்று எதைக் குறிப்பிடுகிறீர்கள்?

குண்டானவர்கள், மெலிவானவர்கள், உயரம், குள்ளம் எந்த உருவ அமைப்பு இருந்தாலும் அவர்களுக்கு ஏற்றபடி மிகப் பொருத்தமாக அமையும் ரவிக்கைகளைத்தான் ஃபிட்டிங் ப்ளவுஸ் என்கிறோம். அதாவது தோள் பகுதி கீழிறங்காமல் சரியாக தோளில் உட்கார வேண்டும். கைகளில் அதிக சுருக்கம் இருக்கக் கூடாது. முன் பகுதி மிகச் சரியாக தைக்க வேண்டும். இடுப்புப் பகுதி தளர்ந்தில்லாமல் சரியான இறுக்கத்தில் அமைய வேண்டும். அக்குள் பகுதியில் அதிக தொளதொளப்பு கூடாது. மொத்தத்தில் போட்டுக் கொள்ளும் சோளி லூசாக இல்லாமல் எந்த இடத்திலும் துணி கசங்காமல், தொய்யாமல் இருந்தால் அதுதான் ஃபிட்டிங் ப்ளவுஸ். அப்படிப்பட்ட ரவிக்கைகள் அணியும் போது மிகச் சாதாரண பெண்களும் அழகாக மாறி விடுவார்கள்.

புதிதாக ரெடிமேட் ப்ளவுஸ் வாங்க வருபவர்கள் எப்படிச் சரியான ஃபிட்டிங் இருக்கும் என்று தெரிந்து கொள்வார்கள்? அல்லது வீட்டில் போட்டுப் பார்த்து விட்டு பொருந்தா விட்டால் திருப்பி வாங்கிக் கொள்வீர்களா?

வீட்டில் போட்டுப் பார்த்து விட்டுப் பொருந்தாவிட்டால்... என்ற பிரச்னைக்கே இடமில்லை. ஆத்ரேயாவில் ஒவ்வொரு சைஸிற்கும் ஏற்றபடி... *30, 32-34, 36-38, 40-42,* 44-44XL சாம்பிள் ரவிக்கைகள் வைத்திருக்கிறோம். அதோடு ஃபிட்டிங் ரூமும் உள்ளேயே இருக்கிறது. அதைப் போட்டுப் பார்த்த பிறகு அவர்களுக்கு ஏதேனும் குறைபாடு இருக்கிறதா? திருப்தியாக இருக்கிறதா? என்கிற விசாரிப்புகளுக்குப் பின்னர் உடனுக்குடன் குறைபாடுகளை நிவர்த்தி செய்து தர பெண்கள் பணிபுரிகிறார்கள்.

பருமனாக இருப்பவர்களுக்கு எந்த மாதிரியான ரவிக்கைகள் அழகாக இருக்கும்?

பருமனாக இருப்பவர்களுக்குக் குறிப்பிட்ட சில இடங்களில் சதை அதிகமாக இருக்கும். அப்படிப்பட்டவர்கள் க்ளோஸ் நெக் ப்ளவுஸ் போடுவதால் இன்னும் பருமனாகக் காட்டும். எனவே கழுத்து தெரிய, ரவுண்ட் நெக் ப்ளவுஸ் அணியலாம். முதுகுப்புறம் ப்ளவுஸை கீழிறக்கி தைப்பதால் பார்க்க சற்று மெலிதாக தெரிவார்கள். பஃப் கை எடுபடாது. குட்டையாக கை வைப்பதை விட முழங்கை மடங்கும் முனை வரை தைக்கலாம். பெரிய பெரிய பூக்களாலான ப்ளவுஸ் அணியாமல், ப்ளெய்ன் அல்லது சின்ன சின்ன டிஸைன்கள் கொண்ட ரவிக்கைகள் இவர்களுக்கு அழகாக இருக்கும்.

முக்கால் கை ப்ளவுஸை நிறைய பேர் வாங்குகிறார்களா?

இப்போது அந்த ட்ரெண்ட் குறைந்து வருகிறது என்றாலும் கிறிஸ்தவர்களும் முஸ்லீம்களும் பெரும்பாலும் விரும்பி அணிகிறார்கள்.

• வசந்தா ராஜகோபாலன்



சரவணா ஸ்டோர்ஸ்

உயர்தரமான தங்க நகைகள்
வெள்ளி பாத்திரங்களுக்கு

செய்கூலி இல்லை



15.01.96
வரை

பட்டு புடவைகளுக்கு
10% தள்ளுபடி

ஜவுளிகள்,
ரெடிமேட் ஆடைகள்,
பாத்திரங்கள்,
T.V., டேப்ரிக்கார்டர்,
ஃபிரிட்ஜ்,
வாஷிங் மெஷின்,
ஃபேன், கிரைண்டர்,
மிக்ஸி, சூட்கேஸ்

சரவணா ஸ்டோர்ஸ்

ரெங்கநாதன் தெரு,
தி. நகர், சென்னை 600 017.

[illegible] விற்பனை உண்டு.

இது கிறிஸ்துமஸ் காலம் என்பதால் கிறிஸ்தவர்கள் முக்கால் கை பிளவுஸ்களையே அதிகமாக வாங்குகிறார்கள். முஸ்லீம்கள் தொழுகை செய்வதற்கு இப்படிப்பட்ட ரவிக்கைகள் வேண்டும் என்று கேட்டுப் பெறுகிறார்கள்.

ஆத்ரேயாவைப் பொறுத்தவரை பெண்களுக்கு எப்படிப்பட்ட பேட்டன் ப்ளவுஸ்கள் பிடிக்கும் என்பதை மிகத் துல்லியமாக அறிந்து ஏற்றபடி கற்பனை செய்து வடிவாக்குபவர் பெண் அல்ல - ஆண். டெக்ஸ்டைல் என்ஜினியரிங் படித்து விட்டு ப்ராஜெக்ட் என்ஜினியராக பணியாற்றும் திரு. சாரிதான் அது. ஒவ்வொரு பேட்டனையும் எப்படி உருவாக்குகிறீர்கள் என்று விசாரித்த போது - தற்போதைய லேட்டஸ்ட் டிஸைன்களைப் பற்றியும் வரப்போகும் 1996-ம் ஆண்டுக்கான புதிய ஃபேஷன் ப்ளவுஸ்களைப் பற்றியும் விவரமளிக்கிறார்.

"பலவிதமான வாடிக்கையாளர்கள் ஆத்ரேயாவுக்கு வருவதுண்டு. அதில் பெரும்பாலும் நடுத்தரமான உயரம், அதற்கேற்ற எடை, சரியான உடலமைப்புக் கொண்டவர்களைப் பார்க்கும் போது அவர்களுக்கு இப்படி டிஸைன் செய்த ப்ளவுஸ் நன்றாக இருக்கும். இந்த நிற புடவையை அணியும் போது இன்னின்ன மாதிரியான ப்ளவுஸ்கள் மிகப் பொருத்தமாக இருக்குமே என்றெல்லாம் நானாக எனக்குள் யோசித்துக் கொள்வேன். அதன் பிறகு நார்மல் சைஸ் உள்ளவர்களுக்கு ஏற்ப (34-36) டிஸைன் செய்து டிஸ்ப்ளேயில் வைப்போம். விரைவாக விற்பனை ஆவதை உணர்கிறோம். அதில் ஒவ்வொரு மாடல் ப்ளவுஸுக்கும் பெயர் எப்படி வைக்கிறோம் என்றால் முதல் முதலாக ஒரு புதிய மாடல் ப்ளவுஸை வாங்கும் பெண்ணின் பெயரையே அந்த ப்ளவுஸின் பெயராக வைத்து விடுகிறோம். தற்போது எம்ப்ராய்டரி மிர்ரர் வொர்க்குகளுக்கு நல்ல வரவேற்பு இருக்கிறது. அடுத்ததாக பட்டுப் புடவைகளில் டபுள் ஷேட் கொண்ட பாலிகாட் ப்ளவுஸ்களே அதிகம் பேர் விரும்புகிறார்கள். புதிதாக நாங்கள் மணப்பெண்களுக்காக முகூர்த்தப் புடவைகளுக்கென ஸ்பெஷலாக டூ பை டூவில் புடவையின் பார்டர் பாடி நிறத்திற்கேற்ப இரு நிறங்களையும் இணைத்து வெட்டிங் ப்ளவுஸ்களை உருவாக்குகிறோம். இதற்கு நல்ல வரவேற்பு இருக்கிறது. புத்தாண்டுக்கு அறிமுகப் படுத்த இருக்கும் ப்ளவுஸ்களான ரேகா மாடல், மோனிகா மாடல், செஸ் மாடல், சுமதி மாடல் ப்ளவுஸ்களை நமக்குக் காட்டுகிறார்.

நீங்கள் கிரியேட்டிவாக டிஸைன் செய்யும் ப்ளவுஸ்களைத்தான் டிஸைன் ப்ளவுஸ் என்கிறீர்களா?

ஆமாம்... ஆனால் நிறைய பெண்கள் ப்ரிண்டிங் ப்ளவுஸ்களையும், பாலிகாட் ப்ளவுஸ்களையும், சில்க் ப்ளவுஸ்களையும் டிஸைன் ப்ளவுஸ் என்று சொல்லி கேட்கிறார்கள். ஆனால் உண்மையில் அது டிஸைன் ப்ளவுஸ் அல்ல. டூ பை டூ ப்ளெய்ன் ப்ளவுஸ்களை வைத்து நாமாக கிரியேட்டிவிட்டியோடு டிஸைன் செய்கிறோம். முதுகுப் பகுதியிலும் கைகளிலும் அழகழகாக டிஸைன் செய்யப்பட்ட ப்ளவுஸ்களுக்கு நல்ல வரவேற்பு இருக்கிறது.

இதனால் ப்ளெய்ன் கலரில் ப்ளவுஸ்கள் வாங்குவது குறைகின்றனவா? என்ற போது திருமதி ராஜகோபாலன் "இல்லவே இல்லை. ப்ளெய்ன் ப்ளவுஸ் விரும்புகிறவர்கள் எப்போதும் அதையேதான் அணிந்து கொள்கிறார்கள். எப்போதாவது டிஸைன் ப்ளவுஸ் அல்லது ப்ரிண்டிங் ப்ளவுஸை அணிய ஆசைப்படுவார்கள். மற்றபடி மாற்றிக் கொள்ளவே மாட்டார்கள். பொதுவாக உடுத்தும் புடவை நிறத்துக்கு சற்றுக் கூடுதலான டார்க் ஷேடில் ப்ளவுஸ் போட்டுக் கொண்டால் புடவை, ரவிக்கை இரண்டுமே எடுப்பாக இருக்கும். அதே நேரத்தில் டார்க் கலர் புடவைகளுக்கு லைட் கலர் ப்ளவுஸ் எடுபடுவதில்லை" என்று கலர் காம்பினேஷன் பற்றி டிப்ஸ் தருகிறார்.

மெலிவானவர்களுக்கு எவ்வகையான ரவிக்கைகள் பொருந்தும்?

"இவர்களுக்கு எல்லா டிஸைன்களும் அம்சமாக இருக்கும். 'ப' கழுத்து, 'வி' கழுத்து நீள கை, குட்டை கை, அது இது என்றில்லாமல் எல்லாமே அழகாகத்தான் இருக்கும். இவர்கள் ரவிக்கையை கொஞ்சம் இறுக்கமாகக் கூட போடலாம். ஆழக் கழுத்து, க்ளோஸ் நெக் எதைப் போட்டாலும் பார்வைக்கு அழகாக இருப்பார்கள்."

வேறு என்னென்ன உடைகளை தயாரிக்கிறீர்கள்?

அரவிந்த் மில்ஸ் போன்ற உயர்ந்த துணிகளில் உள்பாவாடைகளைத் தயாரிக்கிறோம். அடுத்ததாக புதுவிதமான நைட்டிகளைத் தயாரிக்கிறோம். ஆப்பரேஷனுக்குப் பிறகு பயன்படுத்தக்கூடிய நைட்டீஸ், கர்ப்ப காலத்துக்கு ஏற்ப, பால் கொடுக்கும் தாய்மார்களுக்கு ஏற்ப அவுட்-கோட் மாடல் நைட்டீஸ் போன்றவை தயாரிக்கிறோம். நைட்டியின் சிறப்பம்சம் என்னவென்றால் துணி கிழிந்தாலும் தையல் பிரியாது.

உங்களது ஸ்பெஷல் ரவிக்கைகளைத் தேடி இங்கேதான் வர வேண்டுமா?

தேவையில்லை. ஈரோடில் கண்மணி கார்மெண்ட்ஸிலும், நங்கநல்லூர் கல்பனா டெக்ஸோரியத்திலும் கிடைக்கிறது. கல்பாக்கம், பெருங்களத்தூர் ஆகிய இடங்களில் வீடுகளில் உள்ள பெண்கள் வாங்கி விற்பனை செய்கிறார்கள். நெய்வேலி, தூத்துக்குடி ஆகிய இடங்களிலும் விரைவில் கிடைக்க ஏற்பாடு செய்து வருகிறோம்.

- மலர்விழி

ஒரு மனிதனின் வாழ்க்கையை அவனது குடும்பம் மற்றும் அலுவலகம் (அல்லது தொழிற்சாலை அல்லது அவன் வேலை பார்க்கும் வேறிடம்) என்று இரண்டு பிரிவுகளாகப் பிரிக்கலாம்.

''ஆபீஸ் கவலையை வீட்டுக்குள் நுழையும் போதே விட்டுவிட வேண்டும். குடும்பப் பிரச்னைகளை அலுவலகத்துக்குக் கிளம்பும் போதே மறந்து விட வேண்டும்'' என்பது கேட்க நன்றாகத்தான் இருக்கிறது. ஆனால் நடைமுறையில் கடைப்பிடிப்பது ரொம்பக் கஷ்டம். 'இதய வீணை தூங்கும் போது பாட முடியுமா?' என்ற திரைப்படப் பாடல் வரி உண்டே, அது போல வீட்டில் எப்போதும் தன்மீது அமில வார்த்தைகளைக் கொட்டும் மனைவியை மறந்து விட்டு அலுவலகத்தில் ஒருவனால் முழுமனதுடன் ஈடுபட முடியுமா? அல்லது மேலதிகாரி வெகுவாகக் கண்டித்த அன்று வீட்டில்தான் அவனால் எதுவும் நடக்காதது போல் சகஜமாக இருக்க முடியுமா?

மனைவியே பிரச்னை யானால்...

எனவே குடும்பம், அலுவலகம் ஆகிய இரண்டில், ஒன்றில் ஏற்படும் சந்தோஷமும், சோர்வும் மற்றொன்றில் பிரதிபலிப்பது இயற்கை. இந்த விஷயத்தில் ஒருவனுக்கு உதவ அவனது மனைவியால் முடியும். அலுவலகப் பிரச்னைகளை உணர்ந்து - அவற்றைத் தீர்க்கும் வழியைச் சொல்ல முடியாவிட்டாலும் - ஆறுதல் வார்த்தைகளினாலாவது கணவனின் மனதை லேசாக்க முடியும்.



ஆனால் மனைவியால் ஒரு பிரச்னை ஏற்பட்டாலோ அல்லது மனைவியே பிரச்னையாக ஆனாலோ, அதைத் தீர்க்க ஒருவன் வேலை செய்யும் நிறுவனம் உதவுமா?

''நிச்சயம் முடியும். எங்கள் நிறுவனத்திலேயே கூட பல ஊழியர்களின் குடும்பப் பிரச்னைகளைத் தீர்த்து வைத்திருக்கிறோம்'' என்றார் திரு கே. மாதவன். டி.வி.எஸ். நிறுவனங்களில் ஒன்றான 'பிரேக்ஸ் இந்தியா'வின் ஜெனரல் மானேஜர். 32 வருடங்களாக பர்சனல் துறையில் உள்ள அனுபவஸ்தர்.

''நேரம் தவறாமையைக் கடைப் பிடிக்கும் ஓர் ஊழியர் திடீரென்று தொடர்ந்து வேலைக்குத் தாமதமாக வந்தாலோ, மிகவும் கவனத்துடன் தன் வேலையைச் செய்யும் ஒருவர் ஏதோ நினைவுகளில் அவ்வப்போது ஆழ்ந்து கொண்டு குறிப்பிட்ட வேலையை முடிக்காமலோ இருக்கலாம். தீர விசாரித்தால் இதற்குக் காரணம் அவனது வீட்டு சூழ்நிலையாக இருக்க வாய்ப்பு

உண்டு என்பது புரியும்.

இந்த நிலையில் நானும், எங்கள் நிறுவனத்தின் மேலாளர்களும் அவரது குடும்பப் பின்னணியை விசாரித்து அறிந்து கொள்வதுடன், அவரது மனைவியிடமும் இந்தப் பிரச்னைகளை விவாதித்துத் தீர்த்ததுண்டு'' என்று தொடங்கி சில உதாரணங்களையும் சுட்டிக் காட்டினார்.

''ஒரு ஊழியர் சொந்தமாக வீடு ஒன்றைக் கட்ட ஆசைப்பட்டு அதற்கான முயற்சிகளில் இறங்கினார். சேமிப்பைத் தவிர மேலும் பணம் தேவைப்பட்ட போது தன் மனைவியின் நகைகளை அடமானம் வைப்பதற்காகக் கேட்டார். அவர் மனைவி மறுத்து விட்டார். இதை எதிர்பார்க்காத ஊழியரின் மனம் பாதிக்கப்பட்டு, வேலையிலும் அவருக்கு நாட்டமில்லாமல் போனது. இதன் பின்னணியை அறிந்த நாங்கள் அவரது மனைவியிடம் 'நாளடைவில் குடும்பச் சொத்தாக இருக்கக் கூடிய வீட்டிற்காக நகைகளை அடமானம் வைப்பதில் தவறில்லை' என்பதை விளக்கினோம். அதே சமயம் கூட்டுறவு சங்கம் போன்றவற்றிலிருந்தும் வீடு கட்டக் கடன் வாங்க முடியும் என்பதை ஊழியருக்கும் எடுத்துக் காட்டினோம். இரு வழிகளும் செயல்பட, ஊழியரின் பிரச்னை தீர்ந்தது.

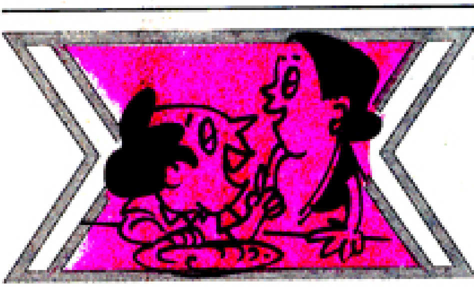
அதே போல் இன்னொரு ஊழியரும் மன அமைதி இழக்க அவரது மனைவி காரணமானார். தன் தங்கைகளின் கல்யாணச் செலவை ஊழியர் ஏற்பதில் அவருக்கு மனதில்லை. பெற்றோரில்லாத தங்கைகளுக்குத் தானே தகப்பன் என்று எண்ணினார் கணவர். கடமை மற்றும் மனிதாபிமான நோக்கில் இந்தப் பிரச்னையைப் பார்க்கச் சொல்லி அந்தப் பெண்மணியிடம் நாங்கள் எடுத்துச் சொல்ல, அவர் மனம் மாறினார்.''

'கௌன்ஸெலிங்' எனப்படும் 'தகுந்த விதத்தில் ஆலோசனை கூறும் வழி'யை நிர்வாகிகளால் நிச்சயம் சிறந்த விதத்தில் செய்ய முடிகிறது என்கிறார் மாதவன்.

அதெப்படி? ''எங்கள் குடும்ப வாழ்க்கையில் தலையிட நீங்கள் யார்?'' என்று ஊழியரின் மனைவி கேட்க மாட்டாரா? மாட்டாராம். அது கணவனின் வேலைக்கு உலை வைத்து விடக் கூடுமோ என்ற பயத்தால் மட்டுமல்ல. நிறுவனம் நிஜமான ஈடுபாட்டுடன்தான் தங்களது பிரச்னையை அணுகுகிறது என்று உணர்ந்து கொள்வதும் ஒரு முக்கியக் காரணமாகிறது.

''ஒவ்வொரு வருடமும் ஆயுதபூஜையன்று ஊழியர்களின் குடும்பத்தையும் கலந்து கொள்ளச் செய்வோம். கணவன் வேலை செய்யும் நிறுவனத்தையும் அதன் சிறப்பையும் நேரில் கண்ட மனைவிக்கு அந்த நிறுவனத்திடம் ஒருவித ஈடுபாடு உண்டாகும்.

அதே போல் ஓர் ஊழியரின் திருமணம் என்றால் அவர் வேலை செய்யும் பிரிவின் அதிகாரியுடன் நானும் செல்வதைக் கடமையாகவே கொண்டிருக்கிறேன். ஊழியருக்கு உடல் சுகவீனம் தொடர்ந்து இருந்தாலோ, அவரது நெருங்கிய உறவினர் யாராவது இறந்து விட்டாலோ வீட்டிற்குச் சென்று ஆறுதலளிக்க நாங்கள் தவறுவதில்லை. நிறுவனரின் நினைவு நாளை ஒரு குடும்பம் போலவே கொண்டாடுவது எங்கள் வழக்கம். ஊழியரின் குழந்தைகளின் கல்வி முன்னேற்றத்தில் கூட தனிக் கவனம் செலுத்துகிறோம்'' என்று ஊழியர்களின் குடும்ப வாழ்க்கையிலும் தங்கள் நிறுவனத்துக்கு



'எங்க அம்மா சமையல் மாதிரி உனக்கு வரலே' என்று அங்காலாய்க்கும் வீட்டுக்காரர்களே! உங்கள் மனைவி என்ன உங்க அம்மாவோட ஜெராக்ஸ் காப்பியா? வேறொரு சூழ்நிலையில் வளர்ந்தவள். ஒவ்வொருவருக்கும் ஒரு கை மணம் இருக்கும், ஒவ்வொரு பூவிற்கும் வாசம் இருப்பது போல. அதை உணர்ந்து ரசித்து உண்ண வேண்டும்.

— இ. மஞ்சுளா

புற்று நோயும் குணமாகிறது

திருமதி. செல்வி, 35, இராமசாமி தெரு, திரு.வி.க. நகர், சென்னை-82. இவருக்கு வலது மார்பில் கட்டி தோன்றி அது வலது காது மற்றும் தாடையின் கீழ் உள்ள சுரப்பிகளில் பரவி, கல் போன்ற கட்டியுடன் எம்மிடம் சிகிச்சைக்கு வந்தார். எமது ஒரு மாத சிகிச்சையிலேயே இவைகள் மறைந்துவிட்டன. மார்பக கட்டியும் கரைந்து வருகிறது. இதுபோன்று கன்னம், மார்பகம், தொண்டை, கல்லீரல், கருப்பை, மலக்குடல், Thyroid-அக்குள் சுரப்பிகள், மூக்கு, நாக்கு, மூளை, எலும்புகள் ஆகிய இடங்களில் வரும் புற்று நோய்க்கு சிறப்பான சிகிச்சை செய்கிறோம். 20-நாளில் வலி நின்றுவிடுவதும், 45 நாளிலேயே குணமாகும் அறிகுறி தென்படுவதும் எமது மருந்துகளின் மகிமையாகும். **மூளைக்கட்டி:** Mr. T. பிரேம்சாகர் (36) H.No. 4-3-555, பகலகுண்டா, ஐதராபாத்-1. இவருக்கு மூளைக்கட்டிக்காக (GLIOMA) ஆபரேஷனும் Chemotheraphy-யும் செய்தும் புற்று மேலும் வளர்ந்தது. கை கால்கள் செயலற்று எலும்பும் தோலுமாக, படுத்த படுக்கையாகி டீஸ்பூன் மூலம் திரவ உணவு மட்டும் உட்கொண்டு வந்தார். எமது 10 நாள் சிகிச்சைக்குப்பின் கையை உயர்த்துகிறார். 3 வேளையும் 3 இட்லி சாப்பிடுகிறார். இவர் நிலை கவலைக்கிடம்தான்! ஆனால் இவ்வளவு மோசமான நிலையிலும் 10 நாள் மருந்தில் இவ்வளவு குணம் தெரியுமானால் ஆரம்ப கால புற்று நோயானால் எவ்வளவு குணம் கிடைக்கும் என்பதை சிந்திக்கவும்!

மார்பகத்தில் கட்டியா? பெண்கள் மார்பகத்தில் குத்தல், வலியுடனோ வலி இல்லாமலோ பலவிதமான கட்டிகள் (Fibro Adenoma) வருவதுண்டு. இதில் சில ஆபத்தானவை அல்ல என்று கூறியபோதிலும், ஆபரேஷனோ அதை கரைத்துவிட சரியான மருத்துவமோ இல்லாமல், மாதாமாதம் Check-up செய்துகொண்டு வருபவர் பலர். சாதாரண கட்டி புற்றுகட்டியாக மாறும் வரை காத்திருப்பது அவசியம்தானா? எமது சிகிச்சையில் எளிதாக குணம் பெறலாம். பயத்துடன் நாட்களை கடத்த வேண்டாம்.

கருப்பைக்கட்டி கரைந்தது திருமதி கமலா வயது 45, 23, ஜோசியர் தெரு, நுங்கம்பாக்கம், சென்னை-34. இவருக்கு 10.3 செ.மீ. அளவில் இருந்த கருப்பை கட்டி எமது சிகிச்சையால் கரைந்துவிட்டது.

ஐந்து ஆண்டு இரத்தப் போக்கு குணமானது

திருமதி. கிருஷ்டினா, வயது 47, 37, நாராயணசாமி கார்டன், சென்னை-51. இவர் 5 ஆண்டுகளாக மிகுதியான இரத்தபோக்கினால் (Excess Bleeding & Spotting) துன்பப்பட்டு வந்தார். கருப்பை வீக்கமும் இருந்ததால், ஆபரேஷனை தவிர வேறு வழி இல்லை என்ற நிலை ஏற்பட்டது. எமது 3 மாத சிகிச்சையில் முழு குணம் அடைந்துள்ளார். ஆபரேஷன் தவிர்க்கப்பட்டது. கருப்பை புண்-கட்டி-வீக்கம்- 30-40 நாட்கள் நிற்காத இரத்தப்போக்கினால் 40 வயதை நெருங்கும் பெண்கள் நூற்றுக்கணக்கான பேர் துன்பப்பட்டு வருகிறார்கள். இதற்காக அவசரப்பட்டு ஆபரேஷன் மூலம் கருப்பை அகற்ற தேவையில்லை. எமது மூலிகை மருந்தால் முழுமையாக சுகப்படுத்துகிறோம்.

குழந்தை இல்லாமை ஏன்?

குழந்தை இல்லாத பெண்களுக்கு கருப்பை வளர்ச்சி இன்மை, முட்டை உருவாகாமை, மாதவிலக்கு கோளாறுகள், கருக்குழாய் அடைப்பு, வெள்ளை ஒழுக்கு, கருப்பை வீக்கம், அடிக்கடி கருக்கலைவு (Cystic Ovaries, Hypoplastic Uterus, Fibroid, Bulky Uterus, Hyperplasia, Fallopian Tube Block, Cervicitis Endometriosis) போன்றவைகளுக்கு தனித்தனி சிறப்பு மருந்துகளால் சிகிச்சை அளிக்கிறோம். ஏதோ ஒரு பொதுவான மருந்தை சாப்பிடுவதால் பலனில்லை. எமது சிகிச்சையால் பெயர் வெளியிட விரும்பாத பலனடைந்தோர் பலநூறு பேர். ஆண் உயிரணு குறைபாடு : உயிரணு இல்லாத / குறைவான ஆண்களுக்கு தனி சிகிச்சை உண்டு. சிகிச்சையின் பலனை சோதனை மூலம் அறிந்து கொள்ளலாம்.



Dr. S. JEYARAM, M.A., M.A., Praveen, HIMP, RMP

3000-க்கும் மேற்பட்ட சித்த மருத்துவ சுவடிகளை ஆராய்ந்தவர் மற்றும் ஆயுர்வேதம், யுனானி, ஹோமியோபதி & ஆங்கில மருத்துவ முறைகளிலும் ஆழ்ந்த ஆராய்ச்சி உள்ளவர்.

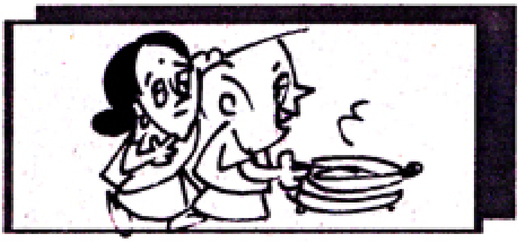
நவோதயா சித்தர் மருத்துவமனை

21/2, அலமேலுமங்காபுரம், III-வது தெரு, மயிலாப்பூர் (குளம்)
சென்னை-4. (சாயிபாபா கோவில் பின்புறம்) ✆: 4940662. வீடு:8551258.

ஆராய்ச்சி நிலையம் : ப்ளாட் எண். 6, (கதவு எண் 15) ராமகிருஷ்ணா நகர் விரிவு, வளசரவாக்கம், சென்னை-87.

ஆலோசனை நேரம் : காலை 10 முதல் 1 மணி வரை, மாலை 5 முதல் 8 மணி வரை, ஞாயிறு காலை மட்டும்

(ALL SPECIALITIES UNDER ONE ROOF) | தபால்/போன்/நேரில், தேதி-நேரம் குறித்துக் கொண்டுதான் வரவேண்டும்.



பொதுவாக சில வீட்டில் ஆண் குழந்தைகள் இருந்தால் எல்லா வேலைகளையும் ஒரு பெண்ணே இழுத்துப் போட்டுக் கொண்டு அவதிப்பட வேண்டும். இந்த நிலையை மாற்றி அவளுக்குக் கூடமாட வேலை செய்யுங்கள். இதனால் மனைவியின் அன்பும் கரிசனமும் உங்கள் மேல் அதிகரிக்கும்.

— மஞ்சுளா கிருஷ்ணன்

உள்ள நல்லெண்ணத்தை விளக்கினார். இப்படியெல்லாம் இருப்பதால்தான் இது போன்ற நிறுவனங்களை 'மூன்றாவது மனிதராகவோ, அநாவசியத் தலையீடாகவோ' ஊழியரின் மனைவி எண்ணுவதில்லை போலும்!

சில ஊழியர்களின் குடும்பங்கள் புதுவாழ்வு துவங்கவும் நிறுவனம் உதவியிருக்கிறதாம்.

''தவறான சகவாசத்தால் போதை மருந்துக்கு ஆளாகியிருக்கிறார் ஓர் ஊழியர். பல நாட்கள் வேலைக்கும் வரக் காணோம். ''இனி அவருடன் வாழத் தயாரில்லை'' என்று கருதி விவாகரத்துக்கான முயற்சிகளில் இறங்கினார் அவரது மனைவி. ஊழியரும் வேலையை ராஜினாமா செய்து விட்டார். அவருக்குச் சேர வேண்டிய தொகையைக் கொடுப்பதற்கு முன், குடும்ப நீதிமன்றத்தின் வழக்கறிஞர் எங்களை நாடி அந்தத் தொகையை அவரது மனைவிக்குதான் தர வேண்டுமென்றார். ஒரு முடிவுக்கு வர முடியாத நிலையில் ஒன்பது மாதங்கள் கடந்து விட்டன. அப்போது நாங்களும், யூனியனும் அந்த ஊழியரை சந்தித்து ''இப்போதாவது வேலையில்லாத நிலையின் கஷ்டங்கள் புரிகிறதா?'' என்று கேட்க, அவரும் இதற்குள் தன் தவறை உணர்ந்திருந்தார். மீண்டும் வேலைக்குச் சேர்த்துக் கொண்டோம் - புது ஊழியர் என்ற தகுதியோடு. இப்போது நல்ல ஊழியராகவும், நல்ல கணவராகவும் விளங்குகிறார்.''

எந்த ஊழியராவது தவறான பாதைக்குப் போவதாக சந்தேகம் தோன்றினால், அவரது மனைவியைக் கூப்பிட்டு நிர்வாகத்தினர் அந்த ஊழியரின் சம்பளம், மற்ற படிகள், போனஸ் ஆகிய விவரங்களைக் கூறி, இது பற்றியெல்லாம் அந்தப் பெண்மணி அறிந்து வைத்திருக்கிறாரா என்பதை நிறுவனத்தினர் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்வதுண்டாம். ''சொல்லப் போனால் இவை தவறான வழிகளுக்குப் பயன் படக் கூடாதென்பதற்காகவே இவற்றை காசோலைகளாகவே தருகிறோம்'' எனும் திரு மாதவன் ஊழியர்களின் மனைவிகளுக்கும் சில ஆலோசனை களைக் கூறுகிறார். ''காலையில் வெகு சீக்கிரமே கணவன் கிளம்ப வேண்டிய நிலையில், நீங்களும் அதற்கு முன்பே எழுந்து அவருக்கு வேண்டிய வசதி களைச் செய்து கொடுங்கள். அவரது வேலைப் பளுவை புரிந்து கொண்டு அவரது குடும்ப வாழ்வை இனிமை யானதாக்குங்கள்'' என்பதுதான் அது.

இவை ஒருபுறமிருக்க, அலுவலக வேலைகளுக்காக 'மிக அதிக நேரம்' செலவிட வேண்டிய நிலையில் உள்ள திரு மாதவன் எந்த அளவு ஒரு நல்ல கணவராக விளங்குகிறார்? கேள்வியில் உள்ள சீண்டல் தொனியை உணர்ந்து கொண்டாலும், புன்னகையுடனே பதிலளித்தார் அவர்.

''சபா ஒன்றில் நான் உறுப்பினராக இருப்பதால் அது நடத்தும் நிகழ்ச்சிகளுக்காவது நானும் மனைவியும் சேர்ந்து செல்லுமாறு பார்த்துக் கொள்கிறேன். நிறைய வேலை இருந்தால், அவற்றில் ஒரு பகுதியை வீட்டில் செய்வதுண்டு - குறைந்தபட்சம் உடலளவிலாவது அப்போது வீட்டில் இருக்கலாமே என்பதற்காக. மனைவியும் அரசு பொது மருத்துவமனையில் டாக்டராக இருக்கிறார் என்றாலும் அவர் ப்ரைவேட் ப்ராக்டிஸ் செய்வதில்லை. எனவே குடும்பத்திற்காக அவராலும் நேரம் ஒதுக்க முடிகிறது.''

— ஜி.எஸ்.எஸ்.

பெண்கள் நிச்சயிக்கப்பட்டால் வரதட்சணைகளே வராது!?

சாதனைகள் படைத்த பெண்களில் சிலர் தங்கள் பெயருக்குப் பின்னால் கணவர்களின் பெயரை இணைத்துக் கொள்ள வில்லை. அவர்களுடைய கணவர்களைச் சந்தித்து சாதனை மனைவிகளைப் பற்றிக் கேட்டபோது

டாக்டர் குமாரசுவாமி (உணர்வு அகற்று இயல் மருத்துவர் - டாக்டர் திருமதி ச. ஞான சௌந்தரியின் கணவர்):

“நான் மருத்துவக் கல்லூரியில் படிக்கும் காலத்திலேயே இதே துறையில் என்னைப் போலவே படித்த பெண்ணைத்தான் மணம் செய்து கொள்ள வேண்டும் என முடிவு செய்துவிட்டேன். வரதட்சிணை, சீர்வரிசை, நகை, பாத்திரம் - இப்படி எதையுமே நான் எதிர் பார்க்கவில்லை. நல்ல கல்வித் தகுதியும், திறமையும் மட்டும்தான் நான் விரும்பினேன். அந்தக் காலத்தில் அப்படி ஒரு பெண் கிடைக்குமா என்பது கேள்விக்குறியாகவே இருந்தது முதலில். பின்பு மருத்துவக் கல்லூரியில் படித்துவந்த ஞானசௌந்தரியைப் பற்றிக் கேள்விப்பட்ட என் பெற்றோர் அவளைப் பார்த்து முடிவு செய்தனர். பெண்ணுக்கு எந்த இடத்திலும் மதிப்பும் சம உரிமையும் தரவேண்டுமென்பது என் லட்சியம்.



• எம். என். ராஜம்



• ஏ. எல். ராகவன்



• புலியூர் சரோஜா

எங்கள் திருமணம் நிச்சயம் ஆகியிருந்த நேரம் இவளுக்கு D.G.O. படிக்கும் வாய்ப்பு வந்தது. நான் உடனேயே இவளை சேர்ந்து படிக்கும்படி சொன்னேன். திருமணமான உடனேயே தன் பெயரை ஞானசௌந்தரி குமாரசுவாமி என்று மாற்றிக் கொள்ளட்டுமா? என்று கேட்டாள். தாய்நாடு, தாய்மொழி இவைகளை என்றும் மறக்கக் கூடாது. தாய் வீட்டை மட்டும் மறந்துவிடலாமா? உன் அப்பா அம்மா வைத்த பெயரை ஏன் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்? நீ என்றுமே சங்கரலிங்கம் மகள் ச. ஞானசௌந்தரிதான்” என அழுத்தம் திருத்தமாகச் சொன்னேன்.

இப்படிப் பெண் குழந்தைகளை திருமணமானதும் தாய்வீட்டையும், பெற்றோர்களையும் மறந்துவிட வேண்டுமென்று சொல்வதால்தான் அவர்களுக்குப் பிறக்கும் குழந்தைகள் இன்று பிறந்த நாட்டை மறந்து அயல்நாடுகளில் ‘செட்டில்’ ஆகிவிட நினைக்கின்றனரோ என்று நான் சிந்திப்பதுண்டு.

அவளுக்கிருந்த எழுதும் ஆற்ற

லைக் கவனித்த நான் 'மணப்பேறும், மகப்பேறும்' - எனும் புத்தகம் எழுதும் படி கூறியதுடன் உடனிருந்து ஊக்கு விக்கவும் செய்தேன். தமிழக அரசின் பரிசைப் பெற்றது இந்தப் புத்தகம்.

24 ஆயிரம் பிரசவங்களுக்குமேல் பார்த்து விட்டவள் அவள். மனைவி யென்றால் கணவருக்கு உண்டான சில பணிவிடைகள் செய்ய வேண்டும். தானேதான் சமைத்துப் பரிமாற வேண் டும் - போன்ற எதிர்பார்ப்புகள் என் னிடம் இல்லை. இதுபோல பணிவிடை கள் செய்ய வேண்டுமென்பதே எனக்குப் பிடிக்காத ஒன்று. அவள் மிகவும் நன்றாகச் சமைப்பாள் - நேரம் கிடைக்கும் போது எனக்குச் சமைத் துப் பரிமாறுவாள். அவளுடைய உறவி னர்கள் நண்பர்களை வரவேற்று உபசரித்து அவர்களின் தேவைகளை நானே பூர்த்தி செய்துவிடுவேன். என்



• டாக்டர் குமாரசுவாமி - டாக்டர் ஞானசௌந்தரி

நண்பர்கள் உறவினர்களை அவள் முன் னின்று கவனிப்பாள். பெண் மதிக்கப் படும் இடத்தில் பிரச்னை வரவே வராது."

திரு. ஏ. எல். ராகவன் (பின்னணிப் பாடகர் - திருமதி எம். என். ராஜம் அவர்களின் கணவர்) :

"ஆரம்ப காலங்களில் நான் மேடையில் பாடிக் கொண்டிருந்த நாட் களில் ராஜமும் மேடை நாடகங்களில் நடித்து வந்தாள். என் பாடல் என்றால் அவளுக்கு மிகவும் பிடிக்கும். நல்ல நட்புடன்தான் நாங்கள் பழகினோம். பின்பு பெற்றோர்கள் முடிவு செய்ய எங்கள் திருமணம் நடந்தது. மணமான புதிதில் தன் பெயருடன் என் பெயரை இணைத்து எழுதலாமா? என்று அவள் கேட்டபோது,

"நாம் இருவருமே திரையுலகின் இருவேறு துறைகளில் பிரபலமாகி விட் டோம். இப்போது திருமணப் பெய ரையோ, இனிஷியலையோ மாற்றிக் கொண்டு ஏன் குழப்பம் ஏற்படுத்த வேண்டும்? நீ என்றுமே எம். என். ராஜம் என்ற பெயரிலேயே இரு" என்றேன் நான்.

"நேரம் காலம் எனப் பார்க்க முடி யாத துறை எங்கள் இருவருடையதும். என்னுடைய வேலைகளை அவள்தான் கவனிக்க வேண்டும் - சமையல் செய்து எனக்குச் சாதம் பரிமாற வேண்டும் - இப்படி நான் எதிர்பார்ப்பதில்லை. நேரம் இருக்கும்போது எல்லாவற்றை யும் அவளே கவனித்துக் கொள்வாள்.

குழந்தைகள் பிறந்த பின்பு அவள் அதிகம் படங்கள் ஒத்துக் கொள்ள வில்லை. அதுவும் 'அவுட் டோர்' ஷூட்டிங் உள்ள படங்கள் என்றால் உடனே மறுத்துவிடுவாள். ஒத்துக் கொண்ட படங்களில் நடிக்க அவள் செல்லும்போது நான் வீட்டையும் குழந்தைகளையும் பார்த்துக் கொள் வேன். பின்பு குழந்தைகள் ஓரளவு வளர்ந்த பின்பு மீண்டும் நடிக்கத் துவங்கினாள்.

என்றுமே எங்களுக்குள் 'ஈகோ கிளாஷ்' கிடையாது. பெண்ணை - பெண்மையை நாம் மதிக்கப் பழகி விட் டால் அதனால் கிடைக்கும் மன அமைதியும் இன்பமும் - நம் குடும்பத் திலும் பிரதிபலிக்கும்."

திரு. ஜி. ஸ்ரீனிவாசன் (நடிகர் - நடன இயக்குனர் திருமதி புலியூர் சரோஜாவின் கணவர்) :

"அவளுடைய சாதனைகளுக்குப் பின்னால் நான் இருக்கிறேன் என்பதை என்னால் ஒத்துக் கொள்ள முடியாது. அவளுடைய திறமை, ஆர்வம், அயராத உழைப்பு இவை தான் அவளுடைய சாதனைகளுக்கு முக்கிய காரணம். என்னைப் பொறுத்தவரை அவளுடைய முன் னேற்றத்திற்கு நான் ஒரு தடைக்கல் லாக என்றுமே இருந்ததில்லை. எம்.ஜி.ஆர்., சிவாஜியிலிருந்து தொடங்கி இன்று உள்ள ஹீரோக்கள்


புதிய மாக்ஸிமம் டெய்லி :பேஸ் வாஷ்.
"ஏனெனில் என் சருமம் சோப்பினால் வறண்டு போவதை நான் அறிவேன். ஆனால் அது உண்மையில் சருமத்தை பாதிப்பதை நான் அறிந்திருக்கவில்லை."
சோப்பு உங்கள் சருமத்தை எவ்வாறு பாதிக்கிறது ?
ஒவ்வொருமுறையும் சோப்பினால் உங்கள் முகத்தை கழுவும் பொழுதும் அது சருமத்தை வறண்டு போகச் செய்வதோடு மட்டுமின்றி இறுக்கமான, இழுத்தாற்போன்ற உணர்வையும் தருகின்றது. சோப்பு உங்களது சருமத்தின் நாசூக்கான PH பாலன்ஸை பாதிப்பதன் மூலம், உங்கள் முகத்தின் பாதுகாப்பு பரப்பிலுள்ள இயற்கை எண்ணெய் மற்றும் ஈரப்பதத்தை சேதப்படுத்துகிறது.
PH பாலன்ஸ் என்பது என்ன ?
PH பாலன்ஸ் என்பது உங்கள் சருமத்தின் ஈரப்பதம் - எண்ணெய் பாலன்ஸினால் உருவாக்கப்படும் அத்தியாவசிய ஸ்கின் கண்டிஷனாகும். உங்கள் சருமம் மிருதுவாகவும் மென்மையாகவும் இருப்பதற்கு உங்கள் சருமத்தின் PH பாலன்ஸை பராமரிக்க வேண்டியது இன்றியமையாததாகும்.
புதிய மாக்ஸிமம் டெய்லி :பேஸ் வாஷ்.
சோப்பைப் போல் அல்லாது, புதிய மாக்ஸிமம் டெய்லி :பேஸ் வாஷ் உங்கள் சருமத்தின் PH பாலன்ஸை பராமரிக்கிறது. ஆகவே இது உங்கள் முகத்தை துப்புரவாகவும் மென்மையாகவும் சுத்தம் செய்வதோடு, அதன் இயற்கை எண்ணெய் மற்றும் ஈரப்பதத்தையும் காக்கிறது. அதன் பயனாக உங்கள் சருமம் மிருதுவாகவும், சுத்தமாகவும் பொலிவுடனும் திகழ்கிறது.
புதிய மாக்ஸிமம் டெய்லி :பேஸ் வாஷ் உபயோகியுங்கள் - புத்துணர்ச்சி தரும் ஜெல் வடிவிலே. உண்மையிலேயே மாறுதலை உணர்வீர்கள்.
MAXIMUM
DAILY
FACE WASH
LAKME
புத்துணர்ச்சி தரும் ஜெல்
லக்மே
இதைபற்றி மேலும் அறிய விரும்பினால் எமது சரும ஆலோசகருக்கு எழுதுங்கள். த.பெ. எண் 16031, பம்பாய் 400 005.
மென்மையாக சுத்தம்செய்கிறது பாதிக்காமல்.

K.R.P. பெனிபிட் பண்ட் லிட்.,

பதிவு அலுவலகம் : JVL ஆர்கெட்,
199, வடக்கு உஸ்மான் ரோடு, தி. நகர், சென்னை-600 017.
போன் : 8240120/8240121
தலைமை & கிளை அலுவலகம் : 11, சிவசைலம் தெரு (முதல் மாடி)
பெரியார் ரோடு சமீபம், தி. நகர், சென்னை-600 017. போன் : 8250865
வேலை நேரம் : காலை 9 முதல் மாலை 6 மணி வரை. ஞாயிறு விடுமுறை

"அகவிருள் அகற்றி அறிவொளி வீசு"

"பெண்கள் நாட்டின் கண்கள்"

கீழ்கண்ட வட்டி விகிதங்களில் டெபாசிட்டுகள் பெற்றுக்கொள்ளப்படும்

டெபாசிட்டுகள் ரூ. 2,500/- மற்றும் ரூ. 500/-ன் மடங்குகளில் பெற்றுக் கொள்ளப்படும்

வட்டி விகிதம்	15.5% P.A.	16% P.A.	17% P.A.	18% P.A.	20% P.A.	21% P.A.
கால அளவு	30 நாட்கள்	45 நாட்கள்	60 நாட்கள்	90 நாட்கள்	180 நாட்கள்	270 நாட்கள்

கால அளவு	1 வருடம்	2 வருடம்	3 வருடம்
மாத வட்டி வீதம்	22% + 2%	23% + 2.5%	23.50% + 3%
3 மாத வட்டி வீதம்	22.41%	23.44%	23.96%
குமுலேட்டிவ் Yield Amount for an Investment of Rs. 2,500	24.36% ரூ. 3109/-	28.86% ரூ. 3943/-	33.34% ரூ. 5000/-

KRP சிறப்புத் திட்டம்

முதலீடு	கால அளவு	வட்டி விகிதம்	ஊக்கத் தொகை
ரூ. 7,500	2 வருடங்கள்	23.25% P.A.	1 கிராம் தங்கக் காசு or ரூ. 450/-
ரூ. 5,000	3வருடங்கள்	23.50% P.A.	1 கிராம் தங்கக் காசு or ரூ. 450/-
ரூ. 10,000	1 வருடம்	22.00% P.A.	1 கிராம் தங்கக் காசு or ரூ. 450/-
ரூ. 10,000	2 வருடங்கள்	22.25% P.A.	2 கிராம் தங்கக் காசு or ரூ. 900/-
ரூ. 10,000	3 வருடங்கள்	22.50% P.A.	3 கிராம் தங்கக் காசு or ரூ. 1350/-
ரூ. 4,000	2 வருடங்கள்	20.50% P.A.	1 கிராம் தங்கக் காசு or ரூ. 450/-
ரூ. 8,000	2 வருடங்கள்	20.50% P.A.	2 கிராம் தங்கக் காசு or ரூ. 900/-

1. பின் தேதியிட்ட காசோலைகள் முன்னதாகவே தரப்படும்.
2. மறு முதலீட்டுத் திட்டங்களில் உங்கள் முதலீடு 36 மாதங்களில் இரு மடங்காகிறது. (ஊக்கத்தொகை 7%)
3. லேவாதேவிகள் பங்குதாரர்களுக்கு மட்டும்.

Dr. லட்சுமி பிரகாஷ், M.Com., Ph.D.,
இயக்குனர்

"பெண்களையும், முதியவர்களையும், உங்களையும் மனதில் கொண்டு பெண்களால் நடத்தப்படும் பண்ட்"

ADSTART

வரை பலரை யும் (படங்களில்) ஆட்டி வைத்தவன் என்ற பெருமை உண்டு. பல வெற்றிப் படங்களில் நடன இயக்குனராகப் பணியாற்றி இருக்கிறாள்.

40 வருடங்களாக அவள் கலைப் பணி தொடர்கிறது. நானும் திரையுலகில் இருந்தாலும் என்றுமே நான் அவள் பணிகளிலோ, அவள் என் பணிகளிலோ தலையிடுவதே கிடையாது. இதனால் என்னைப் படங்களில் ஒப் பந்தம் செய்ய வருபவர்கள் அவளையும் (நடன இயக்கம் செய்ய) ஒப்பந்தம் செய்ய வேண்டுமென்றோ - அல்லது அவளை ஒப்பந்தம் செய்ய வருபவர்கள் எனக்கும் படத்தில் வாய்ப்பு தர வேண்டுமென்ற எண்ணத்திற்கோ இடமே வைப்பதில்லை.

வீட்டில் நான் இருக்கும் நேரம் வீட்டையும், எங்கள் ஒரே மகன் (தற்போது அவன் இல்லை) குழந் தையாக இருந்த போது அவனையும் கவனித்துக் கொள் வேன். அவள்தான் என் வேலைகளைச் செய்ய வேண்டுமென்ற எதிர்பார்ப்பு எதுவும் கிடையாது. வெளிநாடுகளுக்குப் போகும் போதெல்லாம் அவள் தன் உதவியாள ரான பெண்மணியைத்தான் அழைத்துச் செல்வாள். ஒருமுறை உலகம் சுற்றும் வாலிபன் படப்பிடிப்புக்காக ஜப்பான் சென்றபோது எம்.ஜி.ஆர். என்னை உடன் வரும்படி சொன்னார். நான் வேண்டாமென மறுத்துவிட்டேன். உடன் செல்லக் கூடாது என்ப தற்கு முக்கிய காரணம் என் தொழில் பாதிக்கப்படும் என்ப துடன் வீட்டைப் பார்த்துக் கொள் ளவும் வேண்டுமே என்பதும்தான்!

பொதுவாகவே பல பெண்களுக் குத் திறமையும், ஆர்வமும் செய்யும் வேலையில் ஊன்றிப் போகும் தன்மையும், அயராத உழைப்பும் இவையெல்லா வற்றையும்விட எதையும் சாதிக்க வேண்டுமென்ற எண்ணமும் உண்டு. அவர்களுக்குத் தடைகல்லாகக் கணவர்கள் இல்லாத பட்சத்தில் நிச்சயம் அவர்கள் சாதனைகள் படைப்பார்கள் என்ப தில் சந்தேகமில்லை" என்றார் ஜி. சீனிவாசன்.

சந்திப்பு : **வைதேகி தேசிகன்**

உடலை சீராக வைத்துக் கொள்ள..



பதில்கள் : மைதிலி பாபு

முன்பெல்லாம் பெண்மணிகள் திருமணமாகி இரண்டு குழந்தைகள் பெற்றுவிட்டாலே என்னமோ தனக்கு மிகவும் வயதாகிவிட்டதாக நினைத்துக் கொண்டு வயசாகிவிட்டது. இனிமேல் என்ன வேண்டிக் கிடக்கு?' என்று புலம்புவதுண்டு. இப்பொழுது எல்லாம் அப்படியல்ல! 'அம்மாவா, அக்காவா,' என்று தன்னைப் பார்த்து மற்றவர்கள் ஆச்சர்யப்படுவதையே பெண்கள் மிகவும் விரும்புகிறார்கள்.

முதல் குழந்தை பிறந்தவுடன் உடலை சீராகப் பராமரிக்கத் தவறுவதே பாதி பெண்களின் அதிக உடல் பருமனுக்குக் காரணம். ஓரளவுக்கு மேல் எடை அதிகமானதும்தான் பெண்கள் தங்கள் உருவத்தையே கண்ணாடியில் பார்க்கிறார்கள். கொழுப்புச் சத்து அதிகம் இல்லாத உணவு, நேரந்தவறாமை (உணவு, தூக்கம் போன்ற விஷயங்களில்) இவற்றோடு வீட்டு வேலைகள் அனைத்தும் நாமே கவனித்தல் இதுவே போதுமானது. குனிந்து, நிமிர்ந்து செய்யும் எல்லா வேலைகளுமே பெண்களுக்கு நல்ல உடற்பயிற்சி ஆகும்.

இந்தக் காலத்தில் பெண்களுக்கு உடலைச் சீராக வைத்துக் கொள்ள இல்லாத வசதிகளா! மேலும் உடல் பருமனுக்கு இன்னொரு காரணம் வீட்டு வேலைகள் அதிகம் செய்யாததுதான். வேலைக்குச் சென்று, குழந்தைகளை பராமரித்து எல்லா வேலையிலும் கணவனுக்குக் கைகொடுப்பதால் பெண்கள் வீட்டு வேலைகளுக்கு நவநாகரீக மெஷின்களையே விரும்புகிறார்கள்.

முடிந்தவரை எடை அதிகமாகாமல் பராமரித்து, உடல் நிறம், பருமன், உயரத்துக்கு ஏற்ப உடையணிந்து அதிக செயற்கைச் சாதனங்களை நாடாமல் இயற்கையாகவே புன்முறுவலுடன் வளைய வந்தால் நாமெல்லோரும் என்றுமே இளம் பெண்கள்தான்!

? என் மகளுக்கு வயது 22. அவள் முகத்தின் மற்ற இடத்தைவிட மீசை முளைக்கும் இடம் சற்று கறுப்பாக உள்ளது. இந்தக் கறுப்பு நிறம் மாற வீட்டிலேயே செய்ய கூடிய எளிய

அழகுக் குறிப்பைக் கூறுங்கள்.

அமலா, சென்னை - 44.

! கறுப்பாக உள்ள இடத்தில் பார்லருக்கு சென்று ப்ளீச் செய்யலாம். முடியாத பட்சத்தில் சிறிது பயத்த மாவு + பாலாடை + கடலை மாவு சேர்த்துக் குழைத்து சருமத்தில் போடலாம். இதனால் கறுப்பு நிறம் நாளடைவில் மறையும்.

? நீங்கள் கூறியது போல தே. எண்ணெயைக் கொதிக்க வைத்து, அதில் அரைத்த, காய வைத்த மருதாணி வடைகளைப் போட்டு அதைத் தினமும் தலைக்குத் தடவி வந்தேன். ஆனால் இப்பொழுது அதிகம் முடி கொட்டுகிறது. பொடுகும் வந்துள்ளது. எனது முடி கூட செம்பட்டை.

1. பொடுகை நீக்க நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

2. எனது முடி கருமையாக, அடர்த்தியாக (நீளமாக இல்லை என்றால் கூட பரவாயில்லை) இருக்க நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

3. அழகு நிலையம் சென்றால் என் குறை நீங்குமா?

ஆர். நிர்மலா ராஜேஷ் கண்ணா, சென்னை - 19.

! பொடுகு நீங்க பார்லர் சென்றால் Ultra violet rays போட்டு ஆயில் மசாஜ் செய்து தொடர்ந்து சிகிச்சை அளிப்பது நல்ல பலன் தரும். முடி கருமையாக அடர்த்தியாக வளர நன்கு முடியை பராமரிக்க வேண்டும். பொடுகு, பேன் இன்றி முடிக்குச் சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும். உடல் சூடு அதிகமிருப்பின், பொடுகு வரும். எனவே வெறும் வயிற்றில் வெந்தயம் உண்பது நல்ல பலன் தரும். தேங்காய் எண்ணெயில் வெறும் மருதாணி வடையைப் போடுவது காணாது. நான் முன்பே கூறியுள்ள மற்ற பொருட்களையும் (கறிவேப்பிலை, கரிசலாங்கண்ணி, வெந்தயம், வெட்டி வேர், கார்போக அரிசி) போட்டுக் காய்ச்சுவது நல்லது.

? பொதுவாக மசாஜ் செய்ய "ஆலிவ் ஆயில்" பயன்படுத்தலாமா?

அகஸ்திய பாரதி, சென்னை - 5.

! தாராளமாக உபயோகிக்கலாம். ஆலிவ் ஆயில் சருமத்திற்கு மினுமினுப்பையும், பொலிவையும் தரவல்லது. பிறந்த குழந்தைக்குக் கூட ஆலிவ் ஆயில் மசாஜ் தொடர்ந்து செய்வது நல்ல நிறத்தைக் கொடுக்கும்.

? என் முகத்தில் பருக்கள் மறைந்து கறும் புள்ளி தோன்றி, தோல் கருங்க ஆரம்பித்துள்ளது. கறும்புள்ளி மறைய + தோல் கருங்காமலிருக்க ஆயின்மெண்ட் ஏதாவது சொல்லுங்களேன்.

பெயர் வெளியிட விரும்பாத வாசகி, ஈரோடு.

! கறும்புள்ளி மறைய வீட்டிலேயே செய்யக் கூடிய சிகிச்சை சிறிது சந்தனம், கடலைமாவு, எலுமிச்சஞ்சாறு இதை நன்கு குழைத்து முகத்தில் போடுவதுதான். இதை ரெகுலராக செய்தால் கறும்புள்ளி மறைய வாய்ப்புண்டு. தோல் கருங்காமல் இருக்க ஆலிவ் ஆயில் போட்டு முகத்திற்குத் தினமும் மசாஜ் கொடுக்கலாம்.

? என் முகத்தில் மூக்கு முதலிய இடங்களில் வெண்புள்ளி தோன்றுகிறது. எதனால் அப்படி இருக்கிறது? அதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்?

சாந்தி ஐயப்பன், சென்னை - 78.

! மூக்கு முதலிய இடங்களில் வெண்புள்ளி தோன்றுவது சகஜம். இதற்கு White heads என்று பெயர். இயற்கையாகவே நாம் உண்ணும் உணவில் கொழுப்புச் சத்து அதிகம் இருந்தாலோ, (அல்லது) pollution அதிகம் உள்ள இடத்தில் இருந்தாலோ, வெண்புள்ளிகள் வரும். இதற்கு ஃபேஷியல் செய்வதுதான் சிறந்த நிவாரணமாகும்.

குழந்தைகள் விரும்பும் அன்பளிப்பு

இன்றைய முதலீடு ரூ.300 மட்டுமே!
21 வருடத்தில் கிடைப்பதோ ரூ.25,000!!

இது எப்படி இருக்கு?

சூப்பர்



NAGARJUNA BENEFIT FUND LIMITED

2-C, Gleneden Place, 813, Poonamalle High Road
Near Ega, Kilpauk, Madras 600 010.
Phone: 6426713, 6428252. Fax : 044-6428252.

* Transactions with members only

ADWIT

என்னைக் கவர்ந்த உறவினரின் ஸ்டைல்

இவர் ஒரு தனிரகம்

புகுந்த வீட்டு உறவினர்கள் என்ற வுடனேயே சிங்கம், புலி போன்று பயந்து நடுங்கும் பெண்களிடையே என் நாத்தனார் வருகிறார் (கணவரின் அக்கா) என்றவுடன் சிறு குழந்தையைப் போன்று குதித்து மகிழ்பவள் நான்.

தான் வரும் விபரம் பத்து நாட்களுக்கு முன்பாக தெரிவிப்பதுடன், தான் வருவதால் எங்கள் பிள்ளைக்குப் பரீட்சைக்கு படிப்பது கெடுமோ? அல்லது வேறு ஏதாவது எங்களுக்கு தவிர்க்க முடியாத நேரமோ? என்பதையும் தெளிவாக தெரிந்து கொண்டுதான் வருவார். வரும் பொழுதே திருச்சி கதம்பம், என் கணவருக்குப் பிடித்த மாவடு, என் மகனுக்குப் பிடித்த பலகாரங்களுடன் சிரித்த முகத்துடன் அவர் வருவதே தனி அழகு.

"இதோபார், ஏகாதசின்னு தெரிஞ்சுதான் கையோட இரண்டு தோசை கொண்டு வந்துவிட்டேன் சிரமப் படாதே. நீயெல்லாம் வேலைக்குப் போறவ! அதனாலே நெல்லி முள்ளியெல்லாம் வீட்டில் இருக்காது என்று தெரியும். அதெல்லாம் செய்ய உனக்குத்தான் நேரம் ஏது? அதுதான் ரெண்டு கையிலே கொண்டு வந்துட்டேன். நாளைக்கு துவாதசிக்கு அது இல்லாம சாப்பிட்டுப் பழக்கமில்லை."

இது போன்ற சிரமங்கள் கூட தன்னால் பிறருக்கு ஏற்படக் கூடாது என்று நினைப்பவர். காலையில் நான் எழுந்திருக்கும் முன் காபி, டிபன் செய்து வைத்து, "நீ ஏங்கா சிரமப்படறே ரெண்டுநாள் சிரம்ப்படாம இருந்துட்டுப் போகக் கூடாதா?" என்று கேட்கும் இவரையும், "போடா, இது அந்தக்கால உடம்புடா! ஒண்ணும் ஆகாது அவளுக்குத்தான் யார் செய்வா? தினமும் மிஷின் மாதிரி இங்கேயும் வேலைப் பார்த்து, ஆபிஸிலும் உழைத்துகளைச்சு வீட்டுக்கு வரும்போது பார்க்கவே பாவமாக இருக்கு!" என்று எனக்கு ஆறுதல் கூறுவார். அவர் பத்து நாட்கள் எங்களுடன் இருப்பதே தெரியாமல் ஓடிவிட ஒரு மாதத்திற்கு தேவையான ஊறு காய், பொடிவகைகளை செய்து ஃபிரிட்ஜில் வைத்து "நாளைக்கு ஊருக்குப் போகலாம் என்று இருக்கிறேன். உனக்குச் சிரமம் தாணுமேன்னு நேத்து சாயந்திரம் கோவிலுக்குப் போயிட்டு அப்படியே டிக்கெட்டும் புக் பண்ணிட்டு வந்துட்டேன்" என்று கிளம்பிச் செல்லும் அவரை ஒவ்வொரு முறையும் கண்ணீருடன்தான் வழியனுப்புவோம்!

இதைப் போன்ற நாத்தனார் (இல்லை இல்லை தாய்) உங்களில் யாருக்கேனும் உண்டா சகோதரிகளே!!! இதைப் போன்ற ஸ்டைலை கண்டதுண்டா!

– லதாராமன், சென்னை – 30

பிரசுரத்திற்கு...

குழந்தைகளின் நண்பர்

என் மாமா யாரைப் பார்த்தாலும் அழகாக இரண்டு கைகளையும் குவித்து வணக்கம் சொல்வார். பின், வீட்டில் பெரியவர்களிலிருந்து ஆரம்பித்து, குழந்தைகள் வரை க்ஷேமம் விசாரிப்பார். யாருக்காவது உடம்பு சரியில்லாமல் இருந்திருந்தால் கண்டிப்பாக அடுத்த தடவை பார்க்கும்போது அதைப் பற்றி ஞாபகமாகக் கேட்பார். நமக்குப் பிடிக்காத மனிதர்கள் பற்றியோ விஷயங்கள் பற்றியோ பேச்சே எடுக்க மாட்டார்.

குழந்தைகளிடம் அவர்களுக்கு ஆர்வம் உள்ள விஷயங்களைப் பற்றி மட்டுமே பேசுவார். படிப்பில் ஆர்வமில்லாத குழந்தையிடம் 'ரேங்க் என்ன?' என்று கேட்டு சங்கடப் படுத்த மாட்டார். குழந்தைகள் செய்யும் விஷமங்களைப் பொறுத்துக் கொண்டு, அவர்கள் பாணியிலேயே பேசி தன்னை அவர்களின் நண்பனாகக் காட்டிக் கொள்வார்.

டீன் ஏஜ் பசங்களிடம் சினிமா, டிராமா, புத்தகம் போன்ற விஷயங்களைப் பற்றி மட்டுமே பேசுவார். வயதானவர்களிடம் கோவில், புராணம் போன்றவற்றைப் பேசி அவர்களுக்கும் கடுகொடுப்பார். உறவினர்களிடம் மட்டுமல்லாது நண்பர்களிடமும் இவ்வாறு நடந்து கொள்வதால் எல்லா வயதினருக்கும் இவரைப் பிடிக்கும். என் மாமாவின் இந்த ஸ்டைல் எனக்கு மிகவும் பிடித்ததாகும்.

சி.எஸ். சித்ரா, கோவை-47.

காட்டன் குயின்!

ஒரு பெண் சாதாரணமாக இருந்தால் கூட அவள் செய்து கொள்கிற, உடுத்திக்கொள்கிற விதத்திலேயே அழகி ஆகிவிடுவாள். பெண்கள் ஆகிய நமக்கே பொறாமை இருக்கும் அந்த அழகைப் பார்த்தால் எப்படி இவளால் இவ்வளவு அழகாக, நேர்த்தியாக புடவை கட்ட முடிகிறது என்று.

என் நாத்தனார் பெயர் பிந்து. அவள் உயரமாக, சிவப்பாக, ஒல்லியாக இருப்பாள். கல்யாணத்துக்கு முன்பு வேலைக்குப் போய் கொண்டிருந்தாள். அவள் காட்டன் புடவைகள்தான் விரும்புவாள். எவ்வளவு விலையானாலும் தயங்காமல் வாங்குவாள். அதை கட்டும் நேர்த்தி இருக்கே என் நாத்தின்னு சொல்லக் கூடாது. அவள் புடவை கட்டிக் கொண்டு வந்தால் 'ஷோகேஸ் பொம்மை'யைப் போல் இருக்கும். புடவையின் கொசுவமும் சரி, மேல் தாவணி பட்டைவைக்கும் முறையும் சரி, காண கண் கோடி வேண்டும் போங்கள். இதில் ப்யூட்டி என்னவென்றால் காலை 8.30க்கு கட்டிக் கொண்டு போனால் மாலை 5.00 மணிக்கு வீட்டுக்கு வரும் வரையிலும்

இந்த மாதம் பரிசுக் கட்டுரைக்கு

மீராவின்

அன்பளிப்பு

ரூ. 1000 மதிப்புள்ள குக்கர்

அடுத்தமாதம் போட்டிக்கான கட்டுரை... பொருள்:

குழந்தையை அழகாக வளர்க்க...

கடைசி தேதி 15.12.95

அப்படியே இருக்கும். அவளை ஆபீஸில் எல்லோரும் அவளுக்கு வைத்தப் பெயர் "COTTON QUEEN"வந்து விட்டாள் என்பதுதான்.

அதேபோல் நான் வசிக்கும் நகரிலும் என் ஸ்நேகிதிகளும் "உன் நாத்தனார் வரும் நேரம் சரியாக நாங்கள் எங்கள் வீட்டின் ஜன்னலிலோ அல்லது கேட்டிலோ இருந்து பார்ப்போம். இன்னிக்கு என்ன சேலை, எப்படி உடுத்தியிருக்கிறாள் என்று பார்க்க"என்பார்கள்.

– சுஜாதா தாமோதரன், மதுரை – 3.

போற்றத்தக்க ஸ்டைல்!

கணவர் இறந்தபின் அந்தப் பெண்மணியை 7 வருடங்களுக்குப் பிறகு சந்தித்தேன். மனம் நிறைந்த மகிழ்ச்சியாக இருந்தது. ஏழு வருடம் முன்பு பார்த்த என் தோழி வைதேகிக்கும் இன்று இருந்த வைதேகிக்கும் ஒரு வித்தியாசம் இல்லை. அதே நேர்த்தியில் புடவை மாச்சிங் பிளவுஸ் அழகாக தலை அலங்காரம் மெல்லிய முகப் பூச்சு. அதே சிரித்த பேச்சு. அதே அழகிய நடை, பழைய பண்பாடுகள் உடைய வைதேகியின் புக்ககமும் பிறந்தகமும், இதனை அழகாக ஏற்றுக்கொண்டு வைதேகியின் மனதை நோகடிக்காமல் தங்களால் முடிந்த நன்மைகளைச் செய்கின்றனர். அவளை வேலைக்கு அனுப்பியுள்ளனர். அவளை முன்பு இருந்த விதத்திலிருந்து மாற வேண்டிய அவசியம் ஒன்றும் இல்லை என்று பெரியவர்களே சொல்லியிருக்கிறார்கள். இது அல்லவோ போற்றத்தக்க ஸ்டைல்.

– இந்திரா கணபதி, பம்பாய் – 22.

ஸ்டைலு... ஸ்டைலுதான்!

'ஸ்டைல்' என்பதன் பொருள் 'நுண்கலைகளின் பண்பு, வெளித் தோற்றமாகக் காணப்படும் நாகரிகப் பாங்கு, நடைமுறை, எழுத்துநடை' என்றெல்லாம் அமைகின்றது. என் உறவினர்; பெயர் சொல்லமாட்டேன் (பிறர் அடிக்க வருவார்களே!) ஸ்டைல் மாமன்னன் என்றே கூறலாம். மாப்பிள்ளை அழைப்பிற்கு கலந்து கொள்கிறார் என்றால் சபாரி! முகூர்த்த நேரம் என்றால் மயில்கண் கதர் வேட்டி, கதர்ச் சட்டை; வரவேற்பில் கலந்து கொள்கிறார் என்றால் ஜிப்பா, பைஜாமா! பெரியவர்களின் சதாபிஷேகம், சஷ்டி அப்த பூர்த்தி என்றால் பட்டுத் துணியில் பஞ்சகச்சம். பெரியவர்களின் வைபவம் என்றால் நெற்றியில் திருமண், ஸ்ரீசூர்ணம் பிரசமயம் என்றால் ஸ்ரீசூர்ணம். சில வைபவங்களுக்கு குங்குமப் பொட்டு, சந்தனக் கீற்று. ஆனால் எதையும் ஓர் அக்கறை, பக்தி, ஈடுபாட்டுடன்.

ஏதாவது துக்கம் என்றால் 'கருப்பு' மயம். அதிலும் ஓர் உண்மையான இரக்கம்.

தான் அணிந்துள்ள சட்டையை, தன் இடது புஜத்தாலேயே ஸ்டைலாக கையைப் பக்கவாட்டில் அசைத்து நேர் செய்து கொள்ளும் காட்சி எவரையும் ஈர்க்கும். துணி எந்த மாதிரி அணியப்பட்டால் மடிப்புக் கலையாது என்பது அவர் நடத்தும் கல்விக் கூடம். அழகான வகிடு எடுக்கப்பட்ட சுருள்முடி; அதை தேவ் ஆனந்த் ஸ்டைலில் ஒரு விரலால் நீவி, சரிசெய்து கொள்வது தனி ஸ்டைல். ப்ளெய்ன் ஷர்ட்ஸ், சிறு கோடிட்ட சட்டைகள், வான்நீலம், சந்தனக்கலர், குங்கும வண்ணம் என அவரது அணிதல் அப்படிப் பொருந்தும்.

பெரியவர் என்றால் சம்பிரதாயம் பிறழாத பேச்சு; சக நண்பர்கள் என்றால் நளினமான, சுத்தமான இயல்பான பேச்சு; பெண்கள் என்றால் முகத்தை நேரிடையாகப் பார்த்தே ஒரு நண்பரைப் போலப் பேச்சு; சக ஊழியர் என்றால் ஆபீஸ் பற்றிப் பேசாது பிறபற்றிப்பேசுவது; புதியவர் என்றால் எளிய, சுவையான ஆங்கிலத்தில், இனிய தமிழில் பேச்சு!

குழந்தைகளுடன் குழந்தையாய்! இடரென்று, 'Discovery, invention'இரண்டிற்கும் வேறுபாடு என்ன? PRO NOUN; AD VERB ஏன் வந்தது? என்பார். குழந்தைகளுக்கும் ஆர்வமூட்டி மகிழ்வார். அரசியலா? ஆன்மீகமா? கல்வியா? விளையாட்டா? மருத்துவமா? எது என்றாலும் அது பற்றி ஓர் அடிப்படை அறிவுடனாவது தொடர்பு கொள்வது; எல்லாரையும் மதிப்பது; உடையால், பேச்சால் கவர்வது; யாரையும் புண்படுத்தாது பழகுவது. பவுடர் பூசிக் கொள்வது ஒரே மாதிரி (முகம், காதுமடல், கழுத்து) இருக்க வேண்டும் என்பார். இது அவரின் தனி ஸ்டைல்! எல்லாம் ஒரு சேர அமைந்து, 'ஸ்டைல்' என்பதன் சரியான அர்த்தமாக! (சார்! படித்ததும் புரிந்து கொண்டு பாராட்டுவீர்கள். ஏனெனில் அது உங்க ஸ்டைல்!)

– டி. பத்மா, கோயம்புத்தூர் –9

"எனது தனிப்பட்ட டைம்-மானேஜர்"





10 நொடியில் 4 வெங்காயங்களை நறுக்கலாம் அல்லது 2 நொடிகளில் ஒரு வெள்ளரிக்காயைத் துண்டு போடலாம். சொன்னால் பட்டியல் நீளும். மாய மந்திரமில்லை! இவை எல்லாம் கிராம்டன் கிரீவ்ஸ் ஃபுட் ப்ராஸஸர் செய்யும் வேலைகள். அதன் இதயப் பகுதியில் அமைதியாக செயல் புரியும் ஒரு இண்டக்ஷன் மோட்டார் உள்ளது. அதாவது, நீங்கள் உங்கள் ஃபுட் ப்ராஸஸரை ஓட்டும் போது அண்டை வீட்டுக்காரருக்கு இடைஞ்சலாக இராது. தவிரவும் நோ-ஃபஸ்



ஸெட்டிங் மற்றும் ஸ்பீட்-பௌல்-பிளேட் இணைப்பு. ஆகவே இயக்குவதும் எளிது. குமிழைத் திருகி, அல்லது பிளேடை மாற்றி 90 நொடியில் 400 கிராம் சப்பாத்தி மாவு பிசையலாம். 2 ஆரஞ்சு பழங்களின் சாறு 60 நொடியில் தயார். வேலைகள் துரிதமாக நடப்பதால், நிறைய நேரம் மிச்சம். இனி என்ன? உங்கள் அருகமைந்த விற்பனையாளரிடம் நேரில் சென்று அதனைக் காணலாமே. கொஞ்ச நாட்களில் அடுத்த வீட்டு அம்புஜத்துக்கு டைம் மானேஜ்மெண்ட் பற்றி நீங்களே பாடம் சொல்லித் தரலாம்.

கிராம்டன் கிரீவ்ஸ் சாதனங்கள். ருசிகரமான வாழ்க்கைக்கு.

கிராம்டன் கிரீவ்ஸ்

• மினி கிரைண்டர் • ஜூஸர் மிக்ஸர் கிரைண்டர் • ஸிட்ரஸ் ஜூஸர் • அவன் டோஸ்டர் க்ரில்லர்
• ஸாண்ட்விச் டோஸ்டர் • பாப்-அப் டோஸ்டர் • ஆட்டோமாட்டிக் எலக்ட்ரிக் குக்கர் • காப்பி-டீ மேக்கர்.

The Thapar Group

ஃபேன்ஸ் அண்ட் அப்ளையன்ஸஸ் டிவிஷன், காஞ்சூர் மார்க், பாண்டுப், பம்பாய்-400 042. போன்: 578 4129/578 2451. டெலக்ஸ்: 578 3468

நாங்கள் வருகிறோம் என வந்தார்கள்

மாதாமாதம் ஏதாவது ஓர் ஊருக்குப் பயணம் போய்க் கொண்டேதான் இருக்கிறேன். நமது அருமைச் சகோதரிகளைச் சந்திக்கும் வாய்ப்பு கிடைத்துக் கொண்டேதான் இருக்கும். அதில் கிடைக்கும் ஓர் அன்புப் பிணைப்பைத் தான் உங்களோடு இத்தனை நாள் பகிர்ந்து கொண்டு இருந்தேன்.

இந்த மாதம் என்ன செய்யப் போகிறோம் என்ற கவலை வந்துவிட்டது. ஏன்? காரணம் டாக்டர் சொன்ன, 'கண்டிப்பாக ஒரு மாதம் ரெஸ்ட்' என்பதுதான். உடல்நலம் சரியில்லாமல் போய்விட்ட காரணத்தால் மருத்துவமனை வாசம் செய்ய வேண்டியதாகிவிட்டது. 'ஊருக்குப் போவதா? மூச்! சென்னைக்குள்ளேயே வெளியே போகக் கூடாது என்கிறேன். வீட்டிலேயேதான் இருக்கணும். 'டூர் கீர்' எல்லாம் கேன்சல் பண்ணுங்கள்' என மருத்துவர்கள் ஒரே அதட்டல் போட்டு முடக்கிவிட்டார்கள். பொறியில் சிக்கிய எலியாக மாட்டிக் கொண்டு விழித்துக் கொண்டிருந்தேன். அந்த வகையில் தமிழ்நாடு மருத்துவமனைக்குச் சிகிச்சைக்குப் போக வேண்டியதாகப் போய் விட்டது.

மற்றதெல்லாம் சரி, சகோதரிகளை எங்கே போய்ச் சந்திப்பது? 'நீங்கள் ஏன் போக வேண்டும், நாங்களே வருகிறோம்' என்று சர்ஜரி ஆன இரண்டாம் நாள் நம் அன்பு வாசகிகள் வந்ததை அதிசயம் என்பதா ஆச்சர்யம் என்பதா?



• டாக்டர் வசந்தா சிவானந்தம்

மங்கையர் மலரும், நெய்வேலி லிக்னைட் கார்ப்பரேஷனும், தமிழ்நாடு மருத்துவமனையும் இணைந்து மூன்றாண்டுகளுக்கு முன் ஒரு 'மகளிர் மருத்துவர் சந்திப்பை அருமையான முறையில் நடத்தினோம். நெய்வேலி மட்டுமல்லாமல் சுற்றுப்புறத்தில் மந்தாரகுப்பம் போன்ற இடங்களில் இருந்தெல்லாம் வந்திருந்தார்கள். அரங்கம் முழுக்க நிரம்பி வழிந்த ஓர் அருமையான விழா அது.

அதற்குப் பிறகு என் எல்சி ஒரு நல்ல ஏற்பாட்டைச் செய்தது.

வாரா வாரம் நெய்வேலியி லுள்ள சுமார் ஐம்பது பெண்களைத் தமிழ்நாடு மருத் துவமனைக்கு அனுப்பி 'முழுமையான செக்-அப்' செய்து கொள்ளச் செய்தது. 'நான் நன்றாகத்தானே இருக்கிறேன்' எனக்கு என்ன செக்-அப்?' என்று இல்லாமல் உற்சாகமாகப் பலரும் வந்து போனார் கள். அப்படி வந்தபோது ஆரம்ப நிலையில் இருந்த பல உடல்நலக் கோளாறுகள் கண்டுபிடிக் கப்பட்டது எல்லோருக்கும் மகிழ்ச்சி அளித்த விஷயம்.

உடல்நலம் பாதிப்பிற்கு என்ன சந்தோஷம் என்கிறீர்களா? கருப்பைக் கோளாறுகள், கேன்சர் போன்றவை ஆரம்ப நிலையில் கண்டுபிடிக்கப் படும்போது அவை முழுமையாகச் சரிசெய்யப் படுகின்றன. மேலை நாடுகளில் மிக சகஜமாக



• மன்னார்குடி வாசகி

இருக்கின்ற இந்த 'முழுமையான செக்-அப் விழிப் புணர்வு' நம் பெண்களுக்கும் வரவேண்டும் என மங்கையர் மலரிலேயே வற்புறுத்தி இருக் கிறோம்.

அப்படித்தான் நெய்வேலியிலிருந்து வந்து கொண்டு இருக்கிறார்கள். அந்த வாரம் வந்த பெண்கள் நான் அங்கு இருக்கிறேன் என்று தெரிந்த வுடன் ஆவலோடு என்னைப் பார்க்க வந்தார்கள். எத்தனை உற்சாகமான பேச்சுக்கள், குதூகலம்! உடன் டாக்டர் வசந்தா சிவானந்தம் இருந்ததால் மிகவும் உபயோகமான பேச்சுக்களாகவும் அமைந்தது. நிறைய செய்திகளையும் தெரிந்து கொள்ள முடிந்தது.

நான் நிறைய பேச முடியவில்லை. சகோதரி களின் அன்பான விசாரிப்புக்களுக்கப்புறம் நான் மௌனம் சாதித்தேன், காரணம், உடல்நலம் முடியாமை. நெய்வேலி பெண்மணிகள்தான் பேசிக் கொண்டிருந்தார்கள். கருப்பை நீக்க சர்ஜரி யிலிருந்து ஆரம்பித்தது கேள்விகள்.

''என்ன டாக்டர், சாதாரணமா இப்பல்லாம் ஒரு புகார் இருக்கு. முப்பது வயசுக்குமேல் பெண் களுக்குக் கருப்பையே இருக்கக் கூடாதுன்னு நினைக்கிறாங்க இந்த டாக்டருங்க. அதனால்தான் நிறைய சர்ஜரி நடக்குதுன்னு சொல்றாங்க?''

டாக்டர் வசந்தா சிவானந்தத்தை நோக்கி முதல் கேள்வியையே காரமாக வீசினார் ஒரு பெண்மணி. டாக்டர் சிரித்தார்.

''அப்படியெல்லாம் எந்த டாக்டரும் செய்ய முடியாதம்மா. பர்ட்டிகுலரா எங்க ஹாஸ்பிடல்ல செய்யவே முடியாது. ஏன்னா இங்க டாக்டர்கள் நாங்கள்லாம் ஒரு டீமா ஒர்க் பண்றோம். எந்த நோயாளியானாலும் யாருக்கு என்ன மருந்து ஏன் கொடுக்கிறோம், ஆபரேஷன் என்றால் எதற்கு, இரண்டு மூன்று நாட்களில் சரியாகவில்லை யென்றால் ஏன் சரியாகவில்லை என ஒருவருக் கொருவர் பதில் சொல்லியாக வேண்டும். மற்ற இடங்களில் கூட எந்த டாக்டரும் ஒரு பெண் ணிற்கு மிக அவசியமான கருப்பையை அத்தனை எளிதாக எடுத்துவிட மாட்டார்.

சரி, ஏன் கருப்பை இன்று நிறையப் பெண் களுக்குப் பாதிப்புக்கு உள்ளாகிறது. இந்தப் பிரச்னை கிராமப் பெண்களுக்கு அதிகம் இல்லை யென்றுதான் சொல்ல வேண்டும். ஏனென்றால் அவர்களுக்கு 'ஃபிஸிகல் வொர்க்' அதிகம். வயல்

வெளிகளில், வீடுகளில் குனிந்து நிமிர்ந்து வேலை செய்கிறார்கள். அதனால் உடலுக்கு நல்ல பயிற்சி கிடைக்கிறது.

மற்றொன்று அவர்களில் பெரும்பாலானோர் நகரத்துப் பெண்களைப் போல் எதையும் மனத்தில் வைத்துப் புழுங்குவதில்லை. வெளிப்படையாக பேசிவிடுகிறார்கள். சண்டை போட்டு விடுகிறார்கள், சந்தோஷத்தையும் வெளிப்படுத்துகிறார்கள்.

நான் சொன்ன இந்த இரண்டும் இல்லாதது தான் நகரப் பெண்களின் பிரச்னை. அவர்களுக்கான வேலைகள் வேறுவிதமாக இருப்பதால் அரைப்பது, இடிப்பது எனச் செய்வதில்லை. மனம் விட்டுப் பேச முடியாத நிலை. இந்த இரண்டும் முதலில் பாதிப்பது ஹார்மோன்களையும் கருப்பையையும். இதுதான் காரணம் எனச் குன்னு சொல்லலாம்...'' என்றார்கள்.

மங்கையர் மலரில் வரும் யோசனைகள் ரொம்ப உபயோகமாக இருக்கிறதாம். சமையல் பகுதி, பல சமூக விழிப்புணர்வுக் கட்டுரைகள் என சப்ஜெக்ட் மாறிக்கொண்டே போனது. அவர்களின் அனுபவங்களையெல்லாம் பேசினார்கள்.

ஒரு மாமியார் சொன்னார், '' 'இந்த மெடிகல் செக்-அப் எதற்கு, நான் நல்லாத்தானே இருக்கேன்' என்றாள் என் மருமகள். அவளுக்கு இதனுடைய பயனைச் சொல்லிவிட்டு, 'இந்தத் தடவை நான் போறேன், அடுத்த தடவை போற குரூப்போட கண்டிப்பா நீ போகணும்'னு சொல்லிட்டு வந்தேன்'' என்றார். என்ன விஞ்ஞானபூர்வமான பார்வை வயதானவர்களுக்கு. மகிழ்ச்சியாக இருந்தது.

இரண்டு மணிநேரம் அழகாக நகர்ந்தது.



சொல்ல முடியாது. இன்னும் நிறைய உண்டு. கட்டிகள் உள்ள கருப்பை; வீங்கிப் போவது எனப் பல.

ஆபரேஷன் இல்லாமல் சரிசெய்யத்தான் படிப்படியாக முயற்சிக்கிறோம். கருப்பை நீக்கம் மட்டுமே நோயாளியின் நோயினைக் குணப்படுத்தும் என்ற நிலையில்தான் 'ஹிஸ்ட்ரக்டமி' செய்கிறோம்...''

இப்படி மகளிர் நோய் சம்பந்தமாகக் கேள்விகள் பல... அப்புறம் மங்கையர் மலருக்கு வந்தார்கள்.

''மெடிகல் கட்டுரைகள் பல நீங்கள் போடுகிறீர்கள். எங்களுக்கு அதெல்லாம் ரொம்ப உபயோகமாக இருக்கு என்பது மட்டுமல்ல. எங்களுக்குள் ஒரு விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தியிருக்

எல்லோரும் கலகலப்பாக விடைபெற்றுக் கொண்டு போனார்கள். எத்தனையோ கூட்டங்களில், எத்தனையோ சகோதரிகளைச் சந்திக்கிறோம். பல கூட்டங்கள் நம் மனத்தில் நீங்காத இடம்பெற்று விடுகின்றன. அந்த வகையில் இதுவும் ஒரு மறக்க முடியாத கூட்டம்தான். அதே போல மன்னார்குடியிலிருந்து இதேபோல ஆபரேஷனுக்கு வந்திருந்த சகோதரியும் என்னை வந்து சந்தித்து அன்புடன் உரையாடிக் கொண்டிருந்தார். எங்கிருந்தாலும் அன்பான நெஞ்சங்களே நம்மை உற்சாகம் கொள்ள வைக்கின்றன.

— மஞ்சுளாரமேஷ்

படங்கள்: சுரேஷ்



விருந்துகள் சுவைக்கத்
தெரிந்தவர்களுக்காகவே.
எங்களுடைய 'டின்னர் செட்'களுடன், அது
கண்களுக்கும் சுவை படைக்கின்றது.

விருந்துகளில் பரிமாறப்படும் நற்சுவை உணவுகள் நாவிற்கு நயம் பயக்கின்றன.

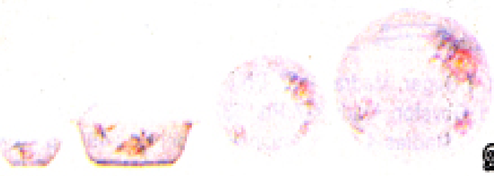
உணவைப் பரிமாறும் முறையும் கூட நாவின் சுவையை அதிகமாக்கும்.

எடுத்துக் காட்டாக, எங்களுடைய "டின்னர் செட்"டில்.

இப்பொழுது அது சிந்தனைக்குச் சில சிறப்பான உணவினைத் தரும்.

லா ஒபாலா ஒபல்வேர்

பெரும்பாலான விருந்தினர், வைத்த விழிவாங்காமல் கவனிப்பர் இதனை.



லா ஒபாலா

ஒபல் க்ளாஸ் டேபிள்வேர்

இதுவே நீங்கள் உருவாக்கும் நன்மதிப்பு.

ஒளி ஊடுருவக்கூடிய முத்துப்போன்ற ஈடு இணையற்ற வெண்மை நிறத்தில் தேர்ந்தெடுக்கப் பலவித நுண்ணிய மலர்கள் மற்றும் இக்காலத்தின் ஒப்பற்ற ஓவியங்கள். மைக்ரோவேவ் மற்றும் டிஷ்வாஷர்களிலும் பயன்படுத்த உகந்தது. உதிரியாகவும் செட்களாகவும் கிடைக்கிறது. மேலும் விவரங்களுக்கு அணுகுவீர். La Opala Glass Ltd., 12A Camac Street, Calcutta 700 017. Phone : 2421740/5931/6847. Fax : 2427885.

CONTRACT LO 289 95 TAM

மனைவிக்கு உதவும் கணவர்கள்!

சொந்தமாக ஒரு தொழில் அல்லது வியாபாரத்தை நம்மால் நடத்த முடியாதா என்ன?" என்று சமீப காலங்களில் கணிசமான பெண்கள் களத்தில் குதித்திருப்பது உண்மைதான். குறிப்பிட்ட நேரத்துக்குத்தான், குறிப்பிட்ட அளவு உழைப்பு போதும் என்றெல்லாம் இல்லாமல் நாள் முழுக்க உழைக்க வேண்டிய கட்டாயம், முதல் போடும் 'ரிஸ்க்'கும் உண்டு, இதுபோன்ற முயற்சிகளில். இப்படிப்பட்ட பெண்மணிகளுக்கு அவரது கணவர்கள் எந்த அளவு கைகொடுக்கிறார்? அறிய அணுகினோம் அப்படிப்பட்டவர்களை....

• சுகந்தி ராஜகோபால்



ராஜகோபால் :

"முதலில் ஒரு தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை செய்து கொண்டிருந்தேன். டூர் அடிக்க வேண்டிய உத்தியோகம். மாதத்தில் சில நாட்கள் மட்டுமே வீட்டில் தங்க முடியும். மனைவி சுகந்தா வீட்டில் இருந்தபடியே சிறிய அளவில் புடைவை வியாபாரம் செய்து கொண்டிருந்தாள். தவிர ஊறுகாய், பொடிகள், புளிக்காய்ச்சல் ஆகியவற்றையும் தயாரித்து விற்றுக் கொண்டிருந்தாள். பதின்மூன்று வருடங்களாகவே அதையெல்லாம் வீட்டளவில் செய்து கொண்டிருந்தாள் என்றாலும் கடந்த ஐந்தாறு வருடங்களாக வியாபாரமும் பெருகி வெளியில் ரொம்ப அலைவதில் சிரமம் ஏற்பட்டது.

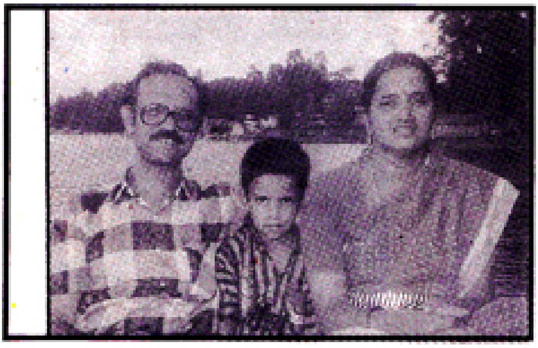
நாலையும் யோசித்து நான் என் வேலையை ராஜினாமா செய்து விட்டு அவளுக்கு உதவத் தொடங்கினேன். மார்க்கெட்டிற்குச் சென்று தேவைப்பட்ட அடிப்படைப் பொருள்களை வாங்கி வருவது, அவளது தயாரிப்புகளைப் பல்வேறு இடங்களுக்குச் சென்று கொடுத்துவிட்டு வருவது, பணம் வசூல் செய்வது இவையெல்லாம் என் வேலைகளாயின. முன்பு கல்யாண காண்ட்ராக்டைப் பெற்றுத்தவரை பார்ட்டி பிடித்துக் கொடுத்துவிட்டு அதற்கான கமிஷனைப் பெற்றுக்

கொள்வதுண்டு. இப்போது எனக்கு நேரம் இருப்பதால் நாங்களே கல்யாண காண்ட்ராக்டை எடுத்துச் செய்கிறோம். மனைவியின் சுயவேலை வாய்ப்பிற்கு உதவத் தொடங்கி இப்போது அவளுடன் இணைந்து நானும் அதிலேயே இறங்கியது எனக்குச் சந்தோஷமான விஷயம்தான்.''

ஸ்ரீனிவாஸ் :

''மூன்று வருடங்களுக்கு முன் சிறிய அளவில் ஒரு குரியர் சர்வீஸைத் தொடங்கினாள் என்

• ரவி - லீலா



மனைவி ஆதிலட்சுமி. இன்று ஆறு பேரை வேலைக்கு அமர்த்திக் கொள்ளும் அளவுக்கு அது வேரூன்றியிருக்கிறது. தொடக்கத்தில் எங்களது ஒரு நண்பரும் இதில் ஈடுபட்டிருந்தார். ஆனால் வெளிநாடு ஒன்றில் வேலை கிடைத்துவிட, அவர் அங்கு சென்று விட்டார். என் மனைவி இதைத் தொடர்கிறாள். தொடக்கத்தில் வருமானம் பெரிதாக வராததுடன், நம்பகமான ஊழியர்களும் கிடைக்கவில்லை. கையை விட்டுக் கூடப் பணத்தை இழக்க வேண்டி வந்தது. அந்த நிலையில் இவள் கொஞ்சம் மனம் தளர்ந்து போனாள். ஆறுதல் வார்த்தைகளுடன், எனக்குத் தெரிந்த சிலரிடமும் இவளது சுயவேலையைப் பற்றிக் கூறி அறிமுகம் செய்தேன். அது அவளது முயற்சிகளுக்கு உதவியாக இருந்தது. கம்பெனி ஷேர்களையெல்லாம் வெவ்வேறு நபர்களுக்கு அனுப்ப வேண்டிய சமயத்தில் தொடர்ந்து நாட்கணக்கில் மிகவும் டைட்டாக வேலை இருப்பதுண்டு. அப்போதெல்லாம் நானும் அவளுக்கு வேலையில் உதவுவது வழக்கம்தான்.''



• சாரதா



• ஆதிலட்சுமி



• ஸ்ரீனிவாசன்

ரவி :

''வீட்டிலேயே உடைகள் தைத்து ரெடிமேட் கடைகளுக்கு விற்கத் தொடங்கி இருக்கிறாள் லீலா. இந்த விஷயத்தில் மிகப் பெரிய அளவில் நான் உதவுகிறேன் என்று சொல்ல மாட்டேன். இருந்தாலும் ''நம்ம வீட்டிலேயே அதையெல்லாம் செய்ய நீங்க அனுமதிச்சிருக்கிறதே நிறைவான விஷயம்''னு அடிக்கடி சொல்லுவா. அதற்காக நான் வேறே ஒண்ணுமே இந்த விஷயத்திலே செய்வதில்லேன்னு நினைச்சுக்க வேண்டாம். அவளுக்குத் தேவையான, அவள் குறித்துத் தரும் துணிகளை மொத்தமாகப்

பாரிமுனையிலிருந்து வாங்கி வந்து கொடுப்பது என் பொறுப்புதான். வீட்டில் தையல் இயந்திரங்கள் இருந்தாலும், ஃபேஷன்-மேக்கர் கருவிகளையும் வாங்கிக் கொள்ளச் சொல்லி நான் ஆலோசனை கூறி வருகிறேன்.''

ஸ்ரீனிவாஸ் :

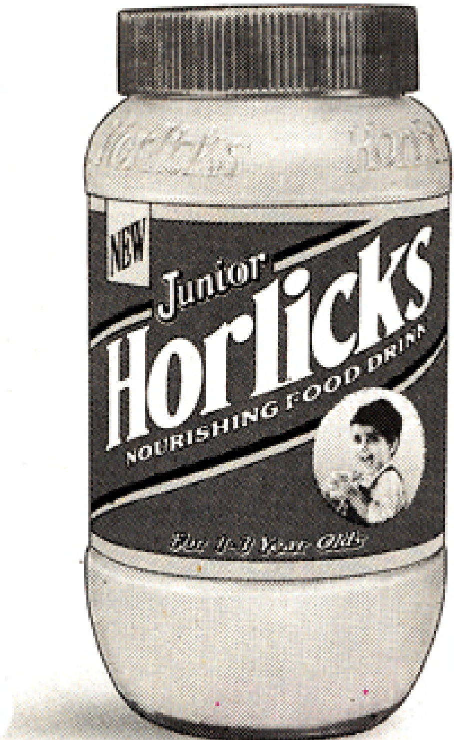
''தகுந்த வேலை வாய்ப்பு கிடைக்காதவர்களுக்கு உரிய நிறுவனங்களிடமிருந்து வேலை வாங்கித் தரும் 'ப்ளேஸ்மெண்ட் நிறுவனம்' ஒன்றை நடத்தி வருகிறாள் சாரதா. இதற்காகப் பல நிறுவனங்களிடம் சென்று அவர்களுக்குத் தேவைப்படும் தகுதிகள் கொண்ட ஊழியர் களைத் தன்னால் அனுப்பி வைக்க முடியும் என்று நம்ப வைக்க வேண்டும். மார்க்கெட்டிங் துறை யில் பெற்ற அனுபவம் காரண மாகத் தொடக்க காலத்தில் நானும் அவளுடன் சென்று இந்த முயற்சிகள் வெற்றிபெற உதவியதுண்டு. இதுபோன்ற ஒரு நிறுவனத்தில் ஏற்கெனவே இரண்டரை வருடங்கள் பணிபுரிந்திருக்கிறாள். ''இன் னொருவருக்காகச் செய்யும் பணியை (அதுபோன்ற நிறுவ னத்தை நாமே தொடங்கி) நமக்காகவே செய்து கொண்டால் வருமானம், மனநிறைவு இரண் டுமே அதிகமாகவே இருக்கும்'' என்ற எண்ணம் அவளுக்குத் தோன்றியது. எங்கள் மூன்று வயது மகனைக் கவனித்துக் கொள்ள என் அம்மாவும் இருப்பதால், அவள் எண்ணத்தைச் செய லாக்கச் சொன்னேன். என் சொந்த அலுவலகத்திலேயே அவள் பணிகளுக்கும் இடம் ஒதுக்கியிருக்கிறேன். வேலை வாய்ப்புக்காக. அணுகுபவர்களின் திறமை மற்றும் தேவையை அறிந்துகொள்ள நானும் அவ ளுடன் சேர்ந்து அவர்களுடன் கலந்து பேசியதுண்டு. இப்போது அவளே மேனேஜ் செய்து கொள் கிறாள்.''

— ஜி.எஸ்.எஸ்.

உத்தியோகம் புருஷ லட்சணந் தான். அது வாழ்க்கையில் ஓர் அங்கமே! ஆனால், அதுவே வாழ்க்கை மட்டுமல்ல; மனைவியைக் குழந்தைகளைப் புறக் கணித்து தொழில் - உத்தியோகம் என்று முன்னேறுபவர்கள் சிறிது காலம் கழித்து வெறுமை உணர் விற்கு ஆளாவது உண்டு. அதீத மான தொழில் ஈடுபாடு உங்களை குழந்தைகளிடமிருந்து பிரித்து விடும்.

- ஜி. பூங்கோதை





அறிமுகப்படுத்துகிறோம்

Junior Horlicks

உங்களுடைய 1,2 அல்லது 3 வயதுக் குழந்தைகளின் வளர்ச்சிக்கும், முன்னேற்றத்திற்கும் ஏற்ற எல்லா முக்கிய ஊட்டச்சத்துகளைக் கொண்ட ஒரே சத்துணவு.

ஒன்று முதல், மூன்று வயதுக் குழந்தைகளின் தேவைகள் விசேஷமானதும், வேறுபட்டதும் ஆகும். எல்லாமே தனித்தன்மை வாய்ந்தவையாகும். ஜூனியர் ஹார்லிக்ஸைப் போல*.

இந்திய மற்றும் சர்வதேச போஷாக்கு நிர்ணயங்களுக்கு ஏற்ப 1 முதல் 3 வயதுக் குழந்தைகளுக்கென விசேஷமாக தயாரிக்கப்பட்ட ஒரே மால்ட்டெட் பானம். 1 முதல் 3 வயதுக் குழந்தைகளுக்கான ஆரோக்கியமான வளர்ச்சிக்கும் முன்னேற்றத்திற்கும் உறுதுணை புரியும் முக்கிய விட்டமின்கள், புரோட்டீன்கள், கூடுதல் கால்ஷியம் மற்றும் இரும்புச்சத்து சரிவிகிதத்தில் அடங்கிய ஒரே ஊட்டச்சத்து பானம் ஜூனியர் ஹார்லிக்ஸ்.

ஆகவே உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு முக்கியமான இந்த வருடங்களில் தினசரி உணவில் ஜூனியர் ஹார்லிக்ஸை அத்தியாவசியமாக்குங்கள்.

பிறகு பாருங்கள் உலகத்தையே அவன் மாற்றிக் காட்டுவான்.

For your free copy of "Healthy Eating for Toddlers", write to SmithKline Beecham Consumer Healthcare Limited, Marketing Department, P.O. Box 242, New Delhi-110 001.

HTA 5092.96 TAM

* தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட நகரங்களில் மட்டும் கிடைக்கிறது.

THE SPECIAL 123 NOURISHER.

உங்கள் குழந்தை பயந்தாங்-கொள்ளியா?

குழந்தை எவ்வளவு தீவிரமாகப் பயத்துக்கு ஆளாக முடியும் என்பது பற்றிப் பல பெற்றோருக்குத் தெரிவதே இல்லை. அவர்கள் பயப்பட வேண்டும் என்பதற்காக, குழந்தைகள் ஏதோ பெரிய தவறு/குற்றம் செய்து விட்டவர்கள் என்ற எண்ணத்தை உண்டு பண்ணி விடுகிறோம்.

சிறுமி உஷாவுக்குக் குளிப்பதென்றாலே பீதி ஏற்பட்டுவிடும். ஏனென்றால் குளியலறைக்குப் போகும் வழியில் உள்ள பெரிய குழாய்களைக் கண்டால் பயம். முகமூடி பற்றி சிறுமி பயங்கரமான கற்பனை செய்து வைத்திருந்ததால் பயம். பெரியவர்களைப் பொறுத்த வரை, இம்மாதிரியான அச்சம் அர்த்தமில்லாததாகப்படும். ஆனால் குழந்தைகளைப் பொறுத்த வரையில் பயம் பயம்தான். இதை நாம் மறந்து விடக் கூடாது.

இருட்டைக் காணும்போது, பீதியடையும் குழந்தைகள் பல. இதுமட்டுமல்ல, புதிய மனிதர்களைப் பார்க்கும்போதும், பல குழந்தைகள் அச்சம் கொள்ளும். குழந்தை ஒரு குறிப்பிட்ட வயதை அடைந்தவுடன், தன் பெற்றோர், தாத்தா, பாட்டி, மேலும் குடும்பத்துக்கு நெருக்கமான சிநேகிதர்கள், உறவினர்கள் ஆகியவர்களைச் சில அடையாளங்கள்ள வைத்து இனம் புரிந்து கொள்ள முடியும். இந்த அடையாளங்கள் இல்லாவிட்டால் இனம் புரிந்து கொள்ள முடியாது.

எடுத்துக்காட்டாக, தந்தையை அவர் வைத்துள்ள தாடி மூலமாக இனம் கண்டு கொள்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். தனக்கு மிக நெருக்கமானவர் என்று புரிந்து அவரிடம் தாவிச் செல்வதுண்டு. ஆனால், அதே தந்தை தாடியை எடுத்துவிடும்போது - அவரிடம் போக மறுக்கலாம்.

குழந்தை மனத்தைத் தொந்தரவு செய்வது என்ன என்பது பற்றிப் பெற்றோரும், ஆசிரியர்களும் கண்டுபிடிக்க முயற்சி செய்வதே இல்லை. "குழந்தைகள் பிறர் எதிரில் அவமானப்படுத்தப்படுவது பற்றியும், பள்ளியில் மிகக் குறைந்த மதிப்பெண்கள் பெறுவது பற்றியும், கூடப் பிறந்தவர்களால் நேருக்கு நேராக எதிர்க்கப்படுவது பற்றியும் பயம் கொள்கிறார்கள்" என்று பிரபல மனோ தத்துவ நிபுணர்கள் கூறுகிறார்கள்.

உயரத்தைக் கண்டு பீதியடைவதற்காக வினு வெட்கமடைய வேண்டும் என்று கூறப்பட்டது. பள்ளியிலிருந்து உல்லாசப் பயணம் சென்ற போது, குடை ராட்டினத்தில் அமர மறுத்துவிட்டான். ஏனென்றால் குடை இராட்டினத்தில் உட்காரும்போது அவனுக்குப் பயமாக இருக்கிறது என்று அவன் கூறினால் மற்றவர்கள் அவனைப் பார்த்துச் சிரிப்பார்கள் என்ற பயம் இருந்ததால் அவன் மறுத் தான். மற்ற குழந்தைகளுக்கு எதிரே, மற்றவர்கள் தன்னைக் கேலி செய்து சிரிப்பார்கள் என்ற பயத்தினால் அவன் மற்றவர்களோடு சேருவதற்கு உற்சாகமே காட்டவில்லை.

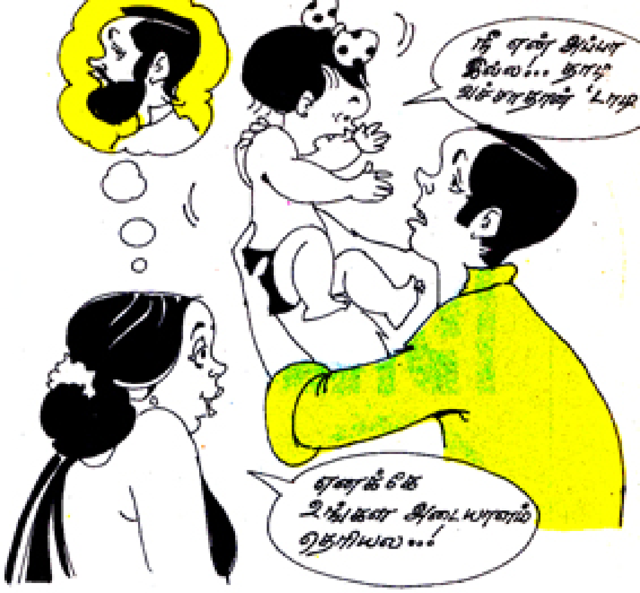
குழந்தை பள்ளியில் குறைவான மதிப்பெண்கள் பெறுவது பெற்றோருக்குச் சங்கடமாக இருக்கிறது. இதனால் குழந்தையைக் கண்டிக்கிறார்கள் அல்லது ஏளனம் செய்கிறார்கள். ஆனால் குழந்தைகள் பெற்றோருக்குப் பயப்படுவதேயில்லை. அவர்கள் பயப்

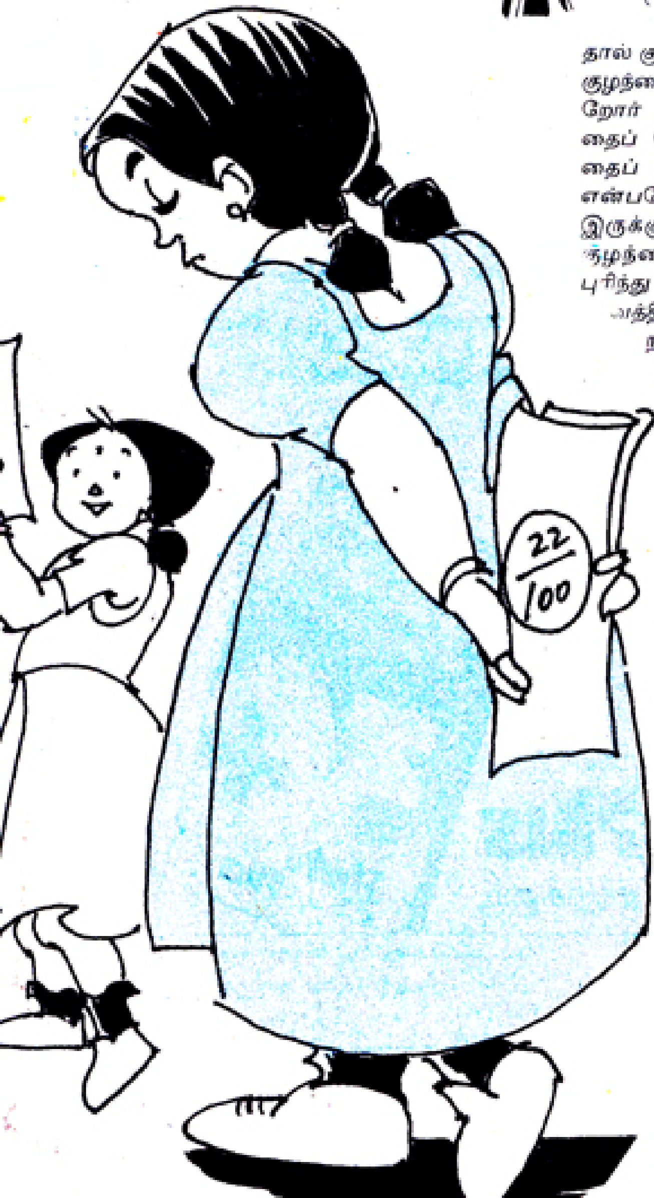


படுவதெல்லாம் - தாங்கள் நெருக்க மாகப் பழகும் சிநேகிதர்கள் தங்களைப் பார்த்துக் கேலி செய்வார்களே என் பதுதான்.

தன்னுடைய குறைவான மதிப் பெண்கள் காரணத்தால் - புதிதாகச் சேரும் மாணவர்கள் தம்மை ஏற்றுக் கொள்வார்களோ இல்லையோ - "இவன் ஒரு மண்டு, தோல்வி அடைந் தவன், என்ன கூறினாலும் மண்டை யில் ஏறாது, மரமண்டை'' என்று தன்னை அவர்களில் ஒருவராக ஏற்றுக் கொள்வார்களோ, இல்லையோ என்ற பயம் குழந்தைகளுக்கு அதிகம் இருக் கிறது.

குழந்தை நாயைக் கண்டு பயமடைந் தால் குழந்தையைக் கேலி செய்யாதீர்கள். இது குழந்தையின் நியாயமான பயம் என்று பெற் றோர் புரிந்து கொண்டு, குழந்தையின் பயத் தைப் போக்க முயல வேண்டும். தன் பயத் தைப் பெற்றோர் புரிந்து கொண்டார்கள் என்பதே குழந்தைக்குப் பெரும் ஆறுதலாக இருக்கும். குழந்தை பீதியடையும்போது, குழந்தையின் கோணத்திலிருந்து அதைப் புரிந்து கொண்டால் சிக்கலே இல்லை. உரு வத்தில் சிறிய குழந்தை, உருவத்தில் பெரிய நாயைக் கண்டு பயப்படுவது இயற்கை தானே!





தனியாகத் தூங்க வேண்டும் என்று குழந்தையைப் பலவந்தம் செய்வது, மற்றவர் முன்னிலையில் குழந்தையைக் கண்டிப்பது - போன் றவை குழந்தையின் மனத்தில் பல விதமான பயத்தை உண்டு பண் ணும்.

திருமணம் ஆகிப் பல ஆண்டு களுக்குப் பிறகு பிறக்கும் குழந்தை யை அளவுக்கு மீறிய பாதுகாப் புடன் பேணும் வழக்கம் பல பெற் றோரிடம் இருக்கிறது. ஒருவிதத்தில் இது இயற்கைதான். குழந்தையை வீட்டை விட்டுத் தனியாக எங்கும் அனுப்ப மாட்டார்கள். பள்ளி, பூங்கா என்று எங்கு சென்றாலும் குழந்தையோடு யாராவது இருப்பார் கள். எதிர்பாராத விதமாக குழந் தைக்கு ஏதாவது ஆகிவிட்டால் என்ன செய்வது என்ற பயம் பெற் றோருக்கு இருப்பதாலேயே இவ் வாறு செய்கிறார்கள். குழந்தை வளர்ந்து, பெரியதாகி, பள்ளியில் சுற்றுலா அழைத்துச் செல்லும்

நீங்கள் 30 வயதைத் தாண்டி விட்டீர்களா,

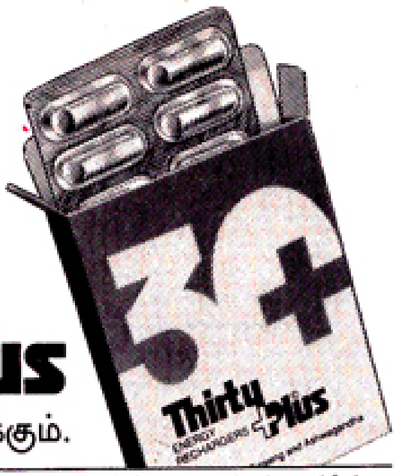
உங்களுக்குத் தேவை 30+வழங்கும் சக்தி!

உடலூரத்தை மீண்டும் மீட்டுத்தரும். புது வலுவூட்டும் காப்ஸ்யூல் தேர்ட்டி ப்ளஸை உபயோகித்து உங்கள் சக்தியை கண்டறிய முயற்சியுங்கள். உடல் சோர்வையும், மனத் தளர்ச்சியையும் போக்குகிறது. உங்களுடைய நரம்புகளுக்கு ஒரு டானிக் போல் இது செயல்படுகிறது.

உங்கள் வயது உங்களை வயோதிகமாக்க அனுமதிக்காதீர்கள். உங்களுடைய உடலுக்கு மீண்டும் சக்தியூட்டி, என்றும் திடகாத்திரமாக வைத்துக்கொள்கிற தேர்ட்டி ப்ளஸின் சக்தியைப் பெறுங்கள்.

ஒரு பாக்கெட்டை வாங்கிடுங்கள் இன்றே!

தேர்ட்டி ப்ளஸ் பற்றிய மேலும் விவரங்களைப் பெற, ஒரு இலவச சிறு புத்தகத்திற்கு எழுதுங்கள்.



Thirty Plus©
ENERGY
RE-CHARGERS

வலுவிற்கும் சக்திக்கும்.

தேர்ட்டி ப்ளஸில் ஜின்செங் மற்றும் அஸ்வகந்தா அடங்கியுள்ளன.

ajanta pharma limited

21, சக்பம் 318, லிங்கிங் ரோடு, கார் (மே.), பம்பாய் 400 052.

TP 35 05 TAM



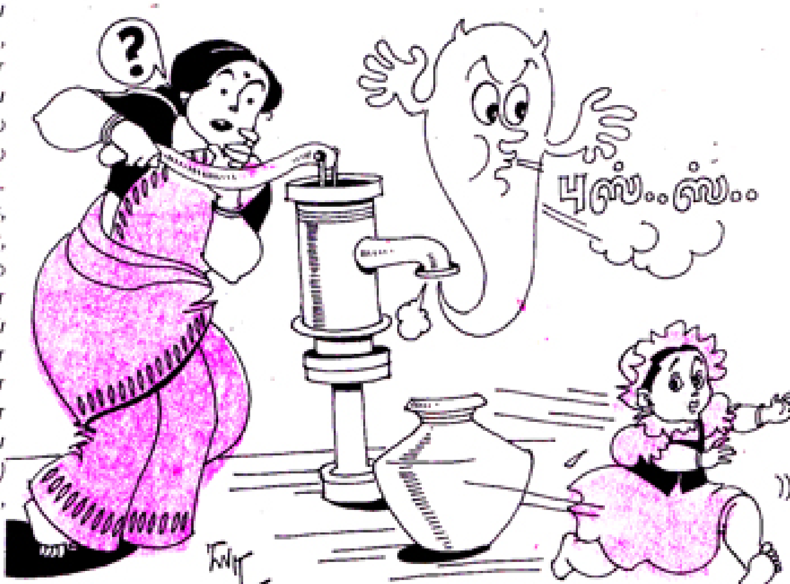
போது, தாமும் செல்லும் பெற்றோரும் உண்டு.

இதோ, ஒரு குழந்தை கூறுவதைக் கேளுங்கள் : "நான் என் தோழியின் வீட்டுக்குச் செல்லும்போது என் தாயும் என்னுடன் வருகிறார் - என்னைத் தோழியின் வீட்டில் விட்டு விட்டுத்தான் திரும்புகிறார். இது என்னை மிகவும் வருத்துகிறது" - இப்படிக் குழந்தை கூறும்போது அக்குழந்தையின் பெற்றோர் வருத்தமடைகிறார்கள். "நாங்கள் இவ்வளவு செய்தும், எங்கள் குழந்தை, நாங்கள் செய்யும் எந்தச் செயலாலும் மகிழ்ச்சியடைவது இல்லை. அதனால் பெற்றோராகிய நாங்கள், எங்கள் முயற்சிகளில் தோல்வி அடைந்தவர்களாகக் கருதுகிறோம்'' என்றார்கள் பெற்றோர்.

குழந்தைகள் எதைக் கண்டு பயம் கொள்கிறார்கள் என்று கண்டுபிடிக்க ஓர் ஆய்வு நடத்தப்பட்டது. தம் பெற்றோர்களை இழப்பது பற்றிக் குழந்தைகள் அதிக பயம் கொள்கின்றன என்று அறியப்பட்டது. பெற்றோர், மனோதத்துவ நிபுணர்கள், குழந்தைகளைப் பற்றிக் கொண்டுள்ள சில தீர்ப்புகள் உண்மையல்ல என்பதும் அறியப்பட்டது. எடுத்துக்காட்டாக, தனக்கு ஒரு தம்பியோ, தங்கையோ பிறக்கும்போது, குழந்தையின் மனநிலை வெகுவாகப் பாதிக்கப்படுகிறது என்பது பல பெற்றோரின் முடிவான அபிப்பிராயம். ஆனால் இந்த ஆய்வின் மூலம் தம்பி (அ) தங்கை பிறப்பதை, குழந்தை பொருட்படுத்துவதே இல்லை என்பது வெளியாகியது. இதற்கு மாறாக, ஒரு குழந்தை தான் வகுப்பில் தோல்வி அடைவது அதன் வாழ்க்கையில் மிகப் பெரிய சங்கடமான நிகழ்ச்சி என்பதும், வகுப்பில் தோல்வி அடைந்ததால் இதுவரை தன்னிடம் சிநேகமாக இருந்தவர்கள் தன்னை விட்டுப் பிரிந்துவிடுவார்கள் என்று பயப்படுவதைத்தான் முக்கியமாகக் கருதுகிறது. இளைய பிராயத்தில், ஒரு குழந்தைக்கு, தன் பெற்றோரின் அபிப்பிராயங்களைவிட, தோழர்களின் அபிப்பிராயங்களே முக்கியமானதாகத் தோன்றுகிறது. பள்ளியில், ஒரு புதிய குழுவினரால் தான் ஏற்றுக் கொள்ளப் படாதபோது குழந்தை பலவிதமாகப் பாதிக்கப் படுகிறது.

இதோ மற்றொரு சிறுமி கூறுவதைக் கேளுங்கள். "ரோடுகளைத் தாண்ட கட்டப்பட்டிருக்கும் மேம்பாலத்தைக் கண்டால் எனக்கு மிகவும் பயம். அதன் மீது நடந்து கொண்டிருக்கும் போது பாலம் விழுந்துவிடுமோ என்ற பயம் எனக்கு. பாலத்தைப் பார்க்கும்போதெல்லாம் எனக்கு என் சிறு வயதில் நர்சரி பள்ளியில் சொல்லிக் கொடுக்கப்பட்ட பாடல் (London Bridge is falling down) இலண்டனிலுள்ள பெரிய பாலம் வீழ்ந்து கொண்டிருக்கிறது' என்ற ஆங்கிலப் பாடல் நினைவுக்கு வரும். இம் மாதிரியான என் மனநிலையை நான் என் பெற்றோருக்கு எடுத்துச் சொல்ல முடிவதில்லை. சொன்னால், இது அர்த்தமற்ற கற்பனை, பிரமை என்று கூறிவிடுவார்கள்."

தூக்கத்தில் பயத்தால் உந்தப்பட்டு அலறி அடித்து விழித்துக் கொள்ளும் குழந்தை



களைப் பெற்றோர், "அது ஒன்றுமில்லை, அனாவசியமாகப் பயப்படாதே. பயமில்லாமல் தூங்கு" என்று சமாதானம் கூறிக் குழந்தைகளை மறுபடியும் தூங்கச் செய்கிறார்கள். ஆனால், தூக்கத்தின் நடுவே, குழந்தை எதையோ பார்த்துவிட்டு மிரண்டுபோய் அம்மாவிடம் கூறுகிறபோது, குழந்தை கூறுவதைக் கவனமாகக் கேட்டு, "ஆமாம். சில வேளைகளில், சிலவற்றைப் பார்க்கப் பயமாகத்தான் இருக்கும். நீ சொல்வதை நான் நம்புகிறேன் - அதெல்லாம் நிஜமில்லை. நான் உன் பக்கத்திலேயே படுத்துக் கொள்கிறேன் - பயமில்லாமல் தூங்கு" என்று சமாதானம் செய்தால், குழந்தை சமாதானமாகி தைரியமாகத் தூங்கும்.

எவையெல்லாம் குழந்தைகளுக்குப் பீதியை உண்டு பண்ணுகின்றன? இரண்டிலிருந்து ஆறு வயது வரையுள்ள குழந்தைகள் தாடி போன்றவற்றைக் கண்டு பீதியடைகிறார்கள். இரண்டிலிருந்து நான்கு வயதுள்ள குழந்தைகள் மிருகங்கள் போன்றவற்றைக் கண்டு பீதியடைகிறார்கள். நான்கு வயதிலிருந்து ஆறு வயது வரையுள்ளவர்கள் இருட்டு, முன்பின் தெரியாதவை, பேய், பிசாசு பற்றிப் பீதியடைகிறார்கள். குழந்தைகளுக்கு ஒன்பது வயதாகும்போது இம்மாதிரியான பயங்கள் மறைந்துவிடும். ஒவ்வொரு வயதிலும், குழந்தைகள் வெவ்வேறான பயம் கொள்கிறார்கள். ஏனென்றால், ஒவ்வொரு வயதிலும், அவர்கள் தங்களைச் சுற்றியுள்ள உலகம் மாறிக் கொண்டே வரும்போது - அவர்களுடைய பயமும் மாறிக் கொண்டே வருகிறது.

குழந்தை மனோதத்துவ நிபுணர் எஸ்தர் டுபே என்பவர் "குழந்தையின் பயத்தை மூன்று வகைகளாகப் பிரிக்கலாம். (1) நிஜமான பயம் - அதாவது குழந்தையின் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட பல நிகழ்ச்சிகள் காரணமாக இந்த நிஜமான பயம் ஏற்படுகிறது. (2) கற்பனையான பயம் - (குழந்தை தன் பயத்திற்குக் காரணமான உருவத்தையோ (அ) பொருளையோ பார்த்தே இருக்காது.) ஆனால் அதை அவ்வளவு தத்ரூபமாகக் கற்பனை செய்து கொண்டு பீதியடைகிறது. (3) தன்னைச் சுற்றிலுமுள்ளவர்களால் ஏற்படுத்தப்படும் பயம். இப்பயம் நிரந்தரமானது அல்ல. குழந்தையின் பயத்தைச் சரியான முறையில் கையாண்டால் விரைவிலேயே பயம் மறைந்துவிடும்.

சில சமயங்களில் பயம், மிகவும் உணர்ச்சிபூர்வமாக ஆகி, மனோநிலையைப் பாதிக்கக் கூடிய அளவுக்குத் தீவிரமாகலாம். இம்மாதிரியான நிலையில், குழந்தையின் பெற்றோர் குழந்தையின் பயம், அதன் வயதுக்கு மீறிய பயமாக இருக்கிறதா? இப்பயம் நீண்ட காலமாக இருக்கிறதா?' என்று அறிய முற்பட வேண்டும்.

தற்சமயம், டீ.வி., செய்தித் தாள்கள், சினிமா போன்ற எல்லாவற்றிலும் பயங்கர நிகழ்ச்சிகள், பலாத்கார நிகழ்ச்சிகள், கோரமான கொலைகள் போன்றவை காண்பிக்கப்படுகின்றன (அ) பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இதனால் குழந்தைகள் பலவிதமான பயங்களுக்கு ஆளாகிறார்கள். இம்மாதிரியான நிகழ்ச்சிகள் குழந்தையின் மனத்தை வெகுவாகப் பாதிக்கக் கூடியவை.

ஒரு சில ஆலோசனைகள் :

(1) குழந்தை தன் பிரச்னைகள், பயங்கள் பற்றிக் கூறும்போது பொறுமையுடன் கேளுங்கள். "உனக்கு வேறு வேலை இல்லை; என்னைக் கொத்திப் பிடுங்காதே' என்று எரிந்து விழாதீர்கள்.

(2) குழந்தை தன் மனத்தில் இருக்கும் பயத்தை, பிரச்னைகளை வெளிப்படையாகக் கூற அனுமதியுங்கள்.

(3) பீதியடைவதற்காகக் குழந்தையைக் கண்டிக்கவோ, தண்டனைக்குள்ளாக்கவோ செய்யாதீர்கள்.

(4) குழந்தையின் பீதியை, குழந்தையின் கோணத்திலிருந்து நோக்குங்கள் - உங்கள் கோணத்திலிருந்து நோக்காதீர்கள்.

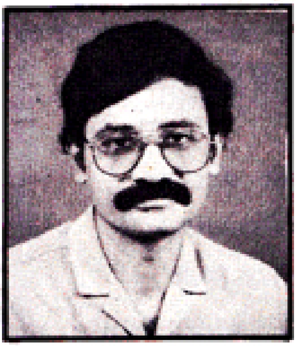
(5) வாழ்க்கையில் ஏற்படக் கூடிய எல்லா விதமான மாறுதல்களையும் எதிர்நோக்கக் கூடிய வகையில் உங்கள் குழந்தைகளைத் தயார் செய்யுங்கள்.

— ராஜி

யோசிப்பதானால் நிதானமாய் யோசியுங்கள். செயல்படுவதானால், உறுதியோடு செயல்படுங்கள். விட்டுக் கொடுப்பதானால், பெருந்தன்மையோடு விட்டுக் கொடுங்கள்.

- கோல்டன்
தகவல் : பா. குணா





மகாதேவி பெனிபிட் பண்ட் லிமிடெட்

1993 ஆம் ஆண்டு தொடங்கப்பட்டது "மகா தேவி பெனிபிட் பண்ட் நிறுவனம்". நிறுவனத்தின் சேர்மன் மற்றும் நிர்வாக இயக்குனர் திரு. வி.சி. யுவராஜா நிதித் துறையில் 12 ஆண்டுகளாகச் செயல்பட்டிருக்கிறார். அவர் மேலும் கூறியதாவது : "மகாதேவி பெனிபிட் பண்ட் நிறுவன இயக்குனர்கள் நிதித் துறையில் சிறந்த அனுபவம் பெற்றவர்கள். ஆகையால் முதலீடு செய்வோரும், கடன் பெறுவோரும் இரு கண்கள் போல் கருதுவதுடன், முதலீடு செய்வோரின் தொகைக்கு 100% க்கு இரட்டிப்பு பாதுகாப்பு வழங்குவதுடன், கடன் பெறு வோரின் நிலைக்கேற்ப பாதுகாப்பான கடன் மட்டும் வழங்குகிறோம்.

மகா பென்ஷனர் திட்டம், மகா பிக்சட் டெபாசிட் திட்டம், மகா பரிசு முதலீட்டுத் திட்டம், மகா தொடர் வைப்புத் திட்டம், மகா ரொக்கப் பத்திர திட்டம், மகா உடனடி வட்டி திட்டம், மகா சூப்பர் பாண்டு திட்டம், மகா தினசரி சேமிப்பு திட்டம், மகா பொற்குவியல் திட்டம் எனப் பொன்னான ஒன்பது திட்டங்களை வைத்திருக்கிறோம்.

பொது மக்கள் மத்தியில் நல்ல வரவேற்பைப் பெற்றதற்குக் காரணம் நம்பிக்கை, நாணயம், பாதுகாப்பு இவை மட்டும் காரணம் அல்ல என்று கூறுகிறார். எங்களது பங்குதாரர்கள் வியாபாரம் என்கிற நிலையில்லாமல் ஒரே குடும்பமாக, சொந்த நிறுவனமான உணர்வுகளை முழுமையாகக் கொண்டிருக்கிறார்கள். டெபாசிட்தாரர் அவசரத் தேவைக்கு டெபாசிட் தொகையில் 80% வரை உடன் கடன் பெறலாம். டெபாசிட் செய்யும்போதே மாத வட்டிக்கான காசோலைகள் முன்னதாக வழங்குவதுடன் முதிர்வு தொகைக்கும் காசோலை உடன் வழங்குகிறோம்.

நகைக் கடன் சவரனுக்கு ரூ. 2,500/- வரை பெறலாம். வட்டி ரூ. 100/- க்கு 1.95 மட்டுமே. வேறு எந்தவிதக் கட்டணமும் வசூலிப்பதில்லை.

சென்னை மாநகர சொத்துக்களுக்கும் கடன் வழங்குகிறோம். சமீபத்தில் முதல் கிளை நெ. 52, மீனாம்மாள் சாலை, (மகா கவி பாரதி நகர் சமீபம்) விவேகானந்தர் நகர், சென்னை - 600 118 துவங்கி உள்ளோம்.

2 வது கிளை பொது மக்களின் வசதிக்கேற்ப தி. நகர் சரவண தெருவில் தீபாவளிக்குத் துவங்கியுள்ளோம்.

பண்டிகைக் கால டெபாசிட் சேகரிப்பு விழாவை முன்னிட்டு ரூ. 5,000/- டெபாசிட் செய்பவர்க்கு 10 கிராம் வெள்ளி நாணயமும், ரூ. 10,000/- டெபாசிட் செய்பவர்களுக்கு 20 கிராம் வெள்ளி குத்து விளக்கும் பரிசாகத் தருகிறோம்.

டெபாசிட் செய்ய விரும்புபவர்கள் நிறுவனத்திற்கு போன் செய்தால் போதும். நிறுவனத்தின் நபர்கள் தங்களின் இருப்பிடத்திற்கே வந்து சேவை செய்யும் வாய்ப்பையும் அறிமுகப்படுத்தியிருக்கிறோம். இந்த வாய்ப்பிற்குச் சிறந்த வரவேற்பும் எதிர்பார்ப்பதாகக் கூறும் நிறுவனத் தலைவர் *திரு. வி.சி. யுவராஜா* இறுயதியாகக் கூறுவது :

"உங்களின் முதலீடு மட்டுமல்ல முதலான ஸ்நேகமுடன்!"

கிளைகள் :

- *52, மீனாம்பாள் சாலை, (மகாகவி பாரதி நகர் அருகில்), விவேகானந்தர் நகர், சென்னை - 600 118.*
- *14/1, சரவணா தெரு, பாண்டி பஜார் அருகில், தி. நகர், சென்னை - 600 017. தொலைபேசி : 4346491*

பதிவு அலுவலகம் :

80/1, எம்.எஸ். கோயில் தெரு, ராயபுரம், சென்னை - 600 013.

தொலைபேசி : 522 9188 ஃபேக்ஸ் : 5950043.

பாண்டவர்களை வளர்த்த குந்திதேவியாகி...

"மனநலமாவது கத்திரிக்காயாவது அதெல்லாம் எங்களுக்குத் தெரியாது. அனுபவ பூர்வமாக எங்கள் குழந்தைகளை வளர்த்துதான் வெற்றி கண்டோம்" என்றார் மகன்கள் மட்டுமே உள்ள சில பெற்றோர்....

மருமகள்களிடம் பிரச்னையின்றிக் குடும்பம் நடத்துபவர் என்று பாராட்டைப் பெற்றவர் பெரம்பூரில் வசிக்கும் மங்களம் மாமி. அதன் ரகசியத்தை அறிய ஆவல் கொண்டு, "மருமகளிடம் சண்டையே வந்ததில்லையா?" என்றவுடன் "ஏன் வரணும்?" என்று அதிரடியாக பதில் வந்தது. "நம்மால் முடிந்த காரியங்களைச் செய்து கொண்டு (இன்று வரை சமையல் அவர்தான்) மருமகள் விஷயங்களில் தலையிடாமல் குற்றம் சொல்லாமல் (நாம் யார் ஒருவரைக் குற்றம் சொல்ல? என்கிறார்) நடந்து கொண்டால் போதும். அநாவசியமான பிரச்னைகள் வராது" என்று உத்திரவாதம் அளித்தார்.



• லலிதா சுப்ரமண்யம் குடும்பத்துடன்

"மகனும் மருமகளும் ஒரு பொருளை வாங்கும் போது நம்மிடம் சொல்லி விட்டே செய்ய வேண்டும் என்று எதிர் பார்க்காமல் இருந்தாலே அவர்களே நம் ஆலோசனையைக் கேட்பார்கள். மரியாதை தரும்படி தாய் நடந்து கொள்ள வேண்டும். என் இரண்டாவது மகன் கல்கத்தாவில் வேலை கிடைத்துச் சென்றான். பக்கத்து பிளாட்டில் இருந்த பெங்காலிப் பெண்ணைத் திருமணம் செய்து கொள்ள விரும்பினான். எங்களுக்கு எழுதினான். வேறு பெண்கள் பார்த்து வைத்திருந்ததையும் சில காரணங்களையும் எழுதியும் பிடிவாதமாக இருந் தான். பிடிக்காமல் ஒரு பெண்ணைத் திருமணம் செய்து கொண்டு வாழ்க்கையை கெடுத்துக் கொள்ளாமல், பிடித்த பெண்ணை மணம் செய்து வைத்தோம். இப்போது ஆறு வயதுக் குழந்தை உள்ளது.

உடம்புக்கு முடியாத போது தெரிந்தவரை அவள் செய்யும் வேலையில் குறை கண்டுபிடிக்காமல், சமயத்துக்கு உதவியதைப் பாராட்ட வேண்டும் - நம் நடத்தையால் மருமகளை வசப் படுத்த வேண்டும். சமீபத்தில்தான் என் கணவர் இறந்தார். மாடியில் உள்ள என் மகன் என் தனிமையைப் போக்க என்னுடன் இரவில் சாப்பாடும் காலை டிபனும் (தனியாக எனக்கு டிபன் செய்து கொள்ள மாட்டேனோ என்றுதான்) சாப்பிடுகிறான். நாம் வளர்க்கும் முறையில்தான் பிற்காலத்தில் நம்மை அவர்கள் கவனித்துக் கொள்வதும் இருக்கிறது என் பதைத் தாய் உணர வேண்டும்" என்கிறார்.

"எனக்கு மூன்று பிள்ளைகள். இரண்டு பெண்கள். மருமகள்களை, மகள் போல் நினைத்து நடந்து கொள்வதால் அன்பு வெல்கிறது இங்கு. ஏதேனும் சிறு நிகழ்ச்சியை விவாதத்தை என் மகன், என் பெண் கீதாவிடம் சொன்னால் போதும் எனக்கு அறிவுரை சொல்ல ஆரம்பித்துவிடுவாள். தம்பி மனைவி உமாவைப் பற்றி ஒரு வார்த்தை சொல்ல விடமாட்டாள். என்னைத்தான் கண்டிப்பாள். எனக்கு முடிந்த வேலைகளைச் செய்வேன். உடம்பு முடியாத போது என்னைக் கவனித்துக் கொண்டு, கால் பிடித்துவிட்டு, மருந்து தடவி எல்லாம் செய்வாள் உமா" என்கிறார் சாவி

கிராமத்திலுள்ள விசாலாட்சி பஞ்சாபகேசன்.

"எனக்கும் என் மாமியாருக்கும் பேசிக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். பேசாவிட்டால் ஏதோ கோபம் என்று நினைத்து துளைத்து எடுத்து விடுவேன் காரணம் கேட்டு. கள்ளம் இல் லாத குணமுள்ளவர். மாமனாரும் சாது. பிள்ளை கள் மரியாதை மிக்கவர்கள். நாத்தனார்கள் வந் தாலும் ஐவருமாக வேலைகளைப் பகிர்ந்து செய்து, அனைவரும் ஓய்வெடுக்கலாம் என் பார் என் மாமியார். பிறந்த வீடு ஓய்வுக்கு தான் என்று இருக்காமல் என் வேலை சிரமத்தை பங்கு போட்டுக் கொள்வார்கள். இதனால் பாதி பிரச்னை வராது இல்லையா?" என்று தன் மாமியார் புகழ் பாடுகிறார் மருமகள் உமா.

ஆண்கள் வரை கொண்டு செல்ல அவசிய மில்லாமல் சிறு விவாதங்கள் இவர்களுக்குள் ளேயே அலசப்பட்டு பரஸ்பரம் புரிய வைக்கப் பட்டு விடுவதால்தான் மகன்களுக்கு நிம்மதி



விசாலாட்சிபஞ்சாபகேசன் குடும்பத்துடன்

யான வாழ்க்கை கிடைத்துள்ளது என்று தெளி வாகத் தெரிந்தது.

பதினேழு வயதில் திருமணமாகி, பதி னைந்து ஆண்டுகள் கணவருடன் இன்பமாக வாழ்ந்து தன் முப்பத்தி இரண்டாவது வயதில் கணவரை இழந்து தனக்குப் பிறந்த ஐந்து மகன் களையும் தன் மாமியார் துணையுடன் வளர்த்து சமூகத்தில் ஐவரும் கௌரவமான பட்டதாரி களாக, தொழிலதிபர்களாக வாழ்க்கை நடத்து வதில் பெரும் பங்கு அந்தத் தாய்க்குதானே! லலிதா சுப்பிரமணியம்தான் அந்தத் தாய்.

"கணவர் இறந்ததும் பதினாலு வயது முதல் ஒன்றரை வயது வரையிருந்த ஐந்து மகன்களை யும் வளர்த்ததை நினைத்தால் இன்று மலைப் பாகத்தான் இருக்கிறது. என் மாமியார் தன் ஒரே மகனை இழந்தாலும் தைரியத்தை இழக் காமல் என்னையும் தேற்றி, பேரன்களின் எதிர் காலத்துக்காக வாழ்க்கையை அர்த்தமுள்ளதாக் கினார். எங்கு விலை கம்மியாக இருக்குமோ அங்கு சென்றுதான் பொருட்களை வாங்கு வார். சிக்கனத்துடன் இருந்தாலும் விருந்தி னரை உபசரிப்பது குறையாது. விருந்தினருக்கு விருந்து வைத்தாலும், அந்த சாக்கில் நாமும் நல்ல சாப்பாடு சாப்பிடலாம் என்று அதை செய்து விட்டுப் பின்னர் அதை ஈடுகட்ட பத்திய சமையல் இரண்டு நாட்கள் செய்து சமாளிப்பார். அதே பழக்கம் எனக்கும் வந்தது. கணவருடன் குறைந்த நாட்களே வாழ்ந்தாலும் நாற்பத்தி ஐந்து வருடங்கள் மாமியாருடன் வாழ்ந்தேன். அன்புக்கு அடிமையாகும் குணம் தான் எங்கள் பிள்ளைகளுக்கும் விதைக்கப் பட்டது.

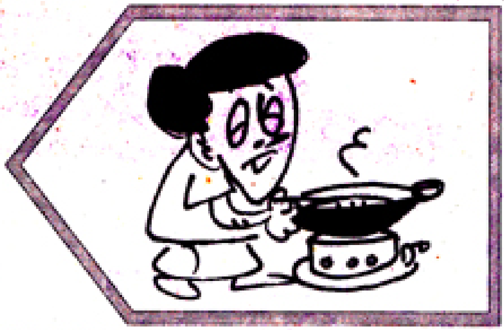
என் ஐந்து மகன்களும் பஞ்சபாண்டவர் களாக, நானோ கணவரின்றி குந்திதேவி போல பாசமும் அன்பும் செலுத்தி வளர்த்த தாயாக என் வீட்டிலும் ஒரு 'மகாபாரதம்' அரங்கேறியது. ஒற்றுமை யில், பணத்தாசை கொள்ளாமல் வாழ் வதில், ஒருவருக்கொருவர் உதவி செய்து கொள்வதில் தாயிடம் அன்பு செலுத்து வதில் அந்த குந்திபுத்திரர்களின் மறு அவதாரம் இவர்களோ என்று வியக்க வைத்தனர்", என்கிறார் ஆனந்தப் பெருக் குடன்.

சிறுவயதில் பேரன்களுக்குப் பல புரா ணக் கதைகளைச் சொல்வார் என் மாமி. யார். சூதாட்டம் காரணமாகவும் பங் காளி ஒற்றுமையின்மையால். பாரதப் போர் ஏற்படக் காரணமானதையும் விளக்கி ஒற்றுமைக்கு அடிக்கோல் நாட்டினார். கதா காலட்சேபங்களுக்கு அழைத்துச் செல்வார். நன்பன் பாஸாக வேண்டுமென்று கோவிலில் ஆயிரத்தி எட்டு பிரதட்சணம் செய்வான் என் மகன். பிள்ளைகள் பயமின்றி சுதந்திரமாக வாழ வேண்டும் என்றுதான் நானும் அவர்களுடன் ஒருத்தியாக கலந்து வளர்த்தேன். பரீட்சை என்பது தண்டனையல்ல. பரிசோதனைதான். ஒருமுறை மதிப்பெண் குறைந்தால் மற்றொரு முறை வாங்கிக் கொள்ளலாம் என்பேன். ஐவரும் சேர்ந்து லூட்டி அடிப்பார்கள். தலை யணையால் அடித்துக் கொண்டு பூஞ்சுகள் பறக்க வெளியே ஓடியதும் நானும், பாட்டியும் அவற்றைச் சரியாக தைத்து வைப்போம். காத் தாடி காலத்தில் வீடெல்லாம், மாஞ்சா போடு கிறேன் என்று வஜ்ரம், கயிறு, கண்ணாடி அரைத்து, ஒரே அமர்க்களமாகி விடும். வீட் டைச் சுத்தப்படுத்துவேன்.

தேர்வுக்கு முதல் நாள் என் மூத்த மகன்

கறிவேப்பிலை பொடி செய்யும் போது உப்பு, ஜீரகத்துடன் சிறிதளவு சுண்ட வற்றல்களையும் வறுத்துப் பொடி செய்தால் வாய்க்கு தேவாமிர்தமாக இருக்கும்.

— உஷா நாராயணன்



சித்தன், சிவாஜி படம் பார்க்க வேண்டும், அப்போதுதான் நன்றாக எழுத முடியும் என்பான். அனுப்பி வைப்பேன். மறுநாள் மனம் முழுவதும் சிவாஜியிடம் இருக்க மதிப்பெண் குறைவாக வாங்குவானே என் பாட்டிக்கு சமாதானம் சொல்வேன். படி படி என்று கண்டித்ததை விட படித்தால் எதிர்காலத்துல வேலை கிடைக்கும், கார், வீடு வாங்கலாம். பிரிட்ஜ் வாங்கினால் ஐஸ் வாட்டர் குடிக்கலாம் என்றெல்லாம் வண்ணக் கனவுகளை மனத்தில் ஏற்றுவேன்.

லலிதா மாமியின் நான்காவது மகன் சதாசிவம் -

"எங்கள் அம்மா எங்களை பத்தாம்பசலித்தனமாக வளர்க்காமல் சுயமாக சிந்திக்கும்படி வளர்த்தார். ஒருமுறை ஐந்தாம் வகுப்பில் பெயிலாகி விட்டேன். வீட்டுக்குள் நுழையும் போதே "அம்மா ஊத்திகிச்சு" என்றேன். "என்ன செய்வது அடுத்த முறை நன்றாகப்படி" என்றாள் அம்மா. உள்ளுக்குள் பயம் தலை தூக்கியது. பொறுப்புடன் படிக்க ஆரம்பித்தேன். அடித்து வளர்த்ததை விட எங்களுள் ஒருத்தியாக இருந்து பேசி, சிரித்து வாழ்வதே என் அம்மாவின் மிகச் சிறந்த குணம். மருமகள்களும் ஸ்டேட்டஸ் வித்தியாசமாக இருந்தாலும் ஒற்றுமையாக இருப்பதும் எங்கள் அதிர்ஷ்டம்" என்கிறார்.

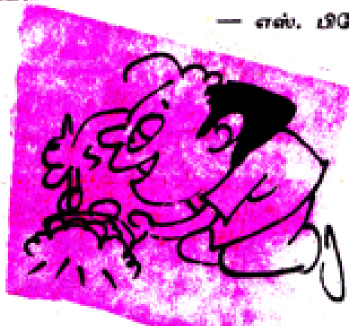
இவரது மூன்றாது மகன் நாகராஜன் ஒரு போட்டோகிராபர். "என் தாய்க்கு வாலிபப் பருவ முதல் நான் பிரச்னையாக இருந்தேன். பதிமூன்று வயதிலிருந்தே போட்டோகிராபராக சம்பாதிக்கவும் ஆரம்பித்துப் பணத்தைப் பார்த்த குஷியா? புரியவில்லை. யாருக்கும் அடங்காமல், யாரையும் மதிக்காமல் வாழ்ந்ததோடு குடிப்பழக்கமும் என்னைப் பற்றிக் கொண்டது. என் மாறுதல்களை படிக்காத போதும் என்தாய் உணர்ந்து மனோதத்துவ டாக்டரிடம் அழைத்துச் சென்றார். Personality Disorder இருந்த என்னை பலவித சோதனைகளுக்கிடையே ஆளாக்கினார். முயற்சிகள் செய்து விக்கிரமாதித்தன் வேதாளம் சுமந்த கதையாக அவர் என்னை மனிதனாக்கியதை சொல்ல வார்த்தைகளைத்தான் தேட வேண்டும். எல்லாவற்றையும் விட என் சகோதரர்கள் தாயுடன் தங்கள் சரீர, பண உதவிகள் செய்தது மறக்க முடியாதது. என் வாழ்க்கையின் கடந்த கால, கசப்பான பக்கங்களைப் புரட்ட நான் அவமானப்படவில்லை. காரணம் அற்புதமான தாயை, சகோதரர்களை அவை இனம் காட்ட உதவும் என்பதால்தான்" என்கிறார் உணர்ச்சி பூர்வமாக.

வாலிபப் பருவம்! அது கடக்கும் வரை சிரமமானது. கடந்து விட்டால் மிகவும் சுவாரஸ்யமானது. இரண்டு டீன்ஏஜ் மகன்களை வளர்த்து வரும் ஒரு தந்தையின் அனுபவம் நமக்கு உதவும் -

"ஒரு தந்தை, தனக்கு இருக்கும் மெச்சூரிட்டி தன் மகனுக்கும் இருக்கும் என்று எதிர் பார்ப்பது நியாயமல்ல! ஒரு மகனால் தந்தை ஸ்தானத்தில் இருந்து யோசிக்க முடியாது. ஆனால் ஒரு தந்தை தான் கடந்து வந்த மகன் வயதில் ஏற்பட்ட அனுபவத்தின்படி யோசிக்க முடியும். "To put one in other's shoe" என்பது போல் நடந்து கொள்வதே புத்திசாலித்தனம்.

தங்கம், வெள்ளி நகைகளை பல் தேய்க்கும் பிரஷ்ஷில், பல்துலக்கும் பசையைத் தடவி, அதைக் கொண்டு, சிறிது நேரம் மிருதுவாக தேய்க்க வேண்டும். பிறகு மிருதுவான துணியைக் கொண்டு நகையைத் துடைக்க வேண்டும். 15 அல்லது 20 நிமிடம் கழித்து நகையைப் பாருங்கள். நகை புத்தம் புதுக போல பளிச்சிடும்!

— எஸ். பிரேமலதா





· இராமச்சந்திரன்

அம்மாவும், பெண்ணும் சிநேகிதமாக இருப்பது போல் அப்பாவும், மகனும் நல்ல நண்பர்களாக இருக்க முடியும் என்பது என் சொந்த அனுபவம்.

என் மகன் என்னுடன் நெருங்கிப் பழகுகிறான். ஆத்மார்த்தமான சிநேகிதர்களிடம் பேசத் தயங்கும் விஷயங்களைக் கூட ஒளிவு மறைவின்றி என்னிடம் பகிர்ந்து கொள்கிறான் ஏன்? அவன் ரொம்ப நல்ல பையன் என்பதாலா? இல்லை. அவனும் ஒரு நார்மல் பையன் தான். ஆனால் பெற்றோர் தவறாக நினைக்க மாட்டார்கள். விஷயத்தைப் புரிந்து கொண்டு தகுந்த ஆலோசனை தருவார்கள் என்ற நம்பிக்கை அவனுள் வேரூன்றியுள்ளதால்தான் மனம்விட்டுப் பேசுகிறான். இதனால் சிந்திக்கும் திறன், தைரியமாகப் பிரச்னைகளை எதிர் கொள்ளும் மனப்பான்மை, நல்லது கெட்டது பிரித்தெடுக்கும் அன்னத்தின் திறமை அவர்களுக்குள் வளரும்.

இந்த வருடம் இன்ஜினியரிங் முடித்துள்ள என் மூத்த மகன் +2 படித்த சமயம் அது. இரண்டு, மூன்று நாட்கள் அவனுக்கு போன் வந்தது. ஏதோ தகராறு போலத் தோன்றியது. அவனை அழைத்துக் கேட்டேன். "எல்.கே.ஜி. முதல் அன்று வரை என்னுடன் படித்து வரும் ஒரு பெண்ணை ஒருவன் இப்போது காதலிக்கிறான். எங்கள் தூய நட்பைப் புரிந்து கொள்ளாமல் நான் அவன் வீட்டுக்கு வரக்கூடாது. வந்தால் அடிப்பேன், உதைப்பேன் என்று மிரட்டுகிறான்'' என்று விஷயத்தை விளக்கினான். prestige issue காரணமாக இவனும் அவன் பேச்சைக் கேட்கத் தயாராக இல்லை என்பதும் புரிந்தது. மறுமுறை போன் வந்ததும் நானே அந்தப் பையனுடன் பேசி வீட்டுக்கு வரவழைத்தேன். அவர்களது நட்பைப் பற்றிச் சொன்னேன். அப்படியும் உனக்குச் சந்தேகமாக இருந்தால் என் மகன் வரமாட்டான் நான் உத்திரவாதம் என்றேன். தந்தையாகிய நானே அழைத்துப் பேசியதும் அவனும் சாரி கேட்டு விட்டுப் போய்விட்டான். என் மகனிடம் நீ அவன் நிலையில் இருந்தாலும் இதையேதான் செய்வாய். இந்த விஷயத்தில் சுயகௌரவம் பார்த்து ஒரு பெண் வாழ்க்கையில் பிரச்னை உண்டாக்காதே என்று புரிய வைத்தேன். அவனும் என் சொல்படி நடந்தான். சில மாதங்களில் அவர்களுக்குத் திருமணமும் ஆனது. இதே விஷயம் சாதாரணமாக ஒரு வீட்டில் நடந்தால் பெற்றோரின் தவறான அணுகுமுறையால் பூதாகாரமாக்கப்பட்டு, அடிதடியென்று கௌரவக் குறைவான செயல்கள் நடந்து, சம்பந்தப்பட்ட அனைவரும் துன்பம் அடைந்திருப்பர்.

மேலும் குழந்தைப் பருவம் முதல் தாய்தான் பிள்ளையை ஒரு வடிவத்துக்குக் கொண்டு வருகிறாள். அஸ்திவாரம் அங்கு நன்கு அமைந்தால்தான் கட்டிடங்களாகிய நற்குணங்களை மேலே கட்ட முடியும். சில அம்மாக்கள் பிள்ளைக்கு நல்லது செய்வதாக நினைத்துக் கொண்டு அவனது சிறு தவறுகளை தந்தையிடம் மறைத்து விடுகின்றனர். அவர் களையறியாமல் தந்தை மகனுக்கிடையே பெரிய இடைவெளியை உண்டாக்கி விடுகின்றனர். காலப் போக்கில் வாலிப வயதில் அவனுக்குப் பிரச்னை ஏற்பட்டால் அவனது குணம் புரியாத தந்தை எந்த முடிவுக்கும் வர முடியாமல் தவிப்பார். சரியான அணுகுமுறை புரியாமல் போக மனைவி காரணமாகிறாள். என் மனைவி இந்த விஷயத்தில் குழந்தைகளை வளர்க்கும் போது அவர்களைப் பற்றிய அன்றாட சிறு நிகழ்ச்சிகளையும், தவறோ பாராட்டோ அனைத்தையும் சொல்வதால் அப்பாவுக்குத் தெரியாமல் அம்மாவிடம் சொல்லிக் கொள்ளலாம் என்ற ஆரம்ப முயற்சியே அங்கு முடக்கப்படுகின்றது. தாய், தந்தை இருவரிடமும் எதை வேண்டுமானாலும் பேசி விடலாம் என்ற நிலையை நாங்கள் உருவாக்கியுள்ளோம். என் மகன் இன்று உறவினர், நண்பர்கள் மத்தியில் நல்ல பையன் என்றும் உதாரணமாக எடுத்துக் கொள்ளத் தக்கவன் என்றும் பெயர் வாங்கியதற்கு நட்புடன் பழகு வதே காரணம்'' என்று முடித்தார் ஃபீரிக் இந்தியா லிமிடெட் நிறுவனத்தின் கிளை மேலாளர் திரு ஏ. இராமச்சந்திரன்.

— பானுமதி

மைதா மாவை ஆவியில்
5 நிமிடம் வைத்து,
எடுத்து ஆறவிடவும். இதனுடன்
சமபங்கு பொட்டுக்கடலை மாவு, ஓமம்,
டால்டா 2 ஸ்பூன் உப்பு, பெருங்காயம்
போட்டுப் பிசைந்து, நாடா அச்சில்
பிழியவும்.
கரகரப்பியா நாடா போங்கள்.
— ஆர். பார்வதி



சில கணவன்மார்கள் தாம் பார்க்கும் வேலை... தொழில் பற்றி மனைவியிடம் விவரம் கூறாத இந்தக் காலத்தில், தம் மனைவி தமது பாரம்பரிய ஜவுளித் தொழிலில் பெரும் புகழ்... பாராட்டுப் பெற வேண்டும் என்பதற்காகவே தனியாக ஜவுளிக் கடை ஒன்றையே துவங்கித் தந்த கோயமுத்தூரின் பிரபல 'ஷோபா' ஜவுளி நிறுவன அதிபர் திரு. சௌகத் அலியைச் சந்தித்தோம்...

என் கணவரே எனக்கு வழிகாட்டி!


• சௌகத் அலி

"என் துணைவியார் திருமதி ஷமீமா பேகம் படித்த பெண். அவர் திறமையை ஊக்குவிக்க முடிவு செய்து, விலை உயர்ந்த பெண்கள் ஜவுளி ரகங்கள் விற்பனைக்கு என்றே பிரத்தியேகமான 'ஷோபிகா' ஜவுளி நிறுவனத்தை 1994 செப்டம்பரில் துவக்கி அளித்தேன். ஷமீமாவின் மகத்தான உழைப்பில், திறமையில் 'ஷோபிகா' புகழ் இப்போது கோவை மட்டுமின்றி தமிழ்நாடு முழுக்கவும், வேறு மாநிலங்கள், வெளி நாடுகள் வரை உயர்ந்துவிட்டது" என்று பெருமையுடன் கூறி மற்ற விவரங்களை மனைவியிடம் கேட்டுக் கொள்ளச் சொன்னார். அதுவே அவருடைய பெருந் தன்மை!

கோவை கிராஸ்கட் ரோட்டில் ஆண்டவர் காம்ப்ளெக்ஸில் ஜொலித்த ஏஸியில் மிளிர்ந்த 'ஷோபிகா'வினுள்ளே நாம் சென்றபோது தேவலோகத்தினுள்ளே நுழைந்த பாதிப்புதான் ஏற்பட்டது. அத்தனை பனிச்சென்று வண்ணமயமான விதவிதமான புடைவை ரகங்கள் குவிக் கப்பட்டிருந்தன. ஊழியர்கள் வாடிக்கை யாளர் கேட்கும் ஜவுளி ரகங்களை முகம் சுளிக்காமல், சோர்வடையாமல் சுறுசுறுப் பாக எடுத்துத் தந்ததையும் கண்டோம். விற் பனையை மேற்பார்வை இட்டும்... பெண் ஊழியர்களுடன் உரையாடியும் வாடிக்கை யாளரின் முழுத் திருப்திக்காக செயல்பட்டுக் கொண்டிருந்த 'ஷோபிகா' அதிபர் திருமதி ஷமீமா பேகத்தைச் சந்தித்து 'ஷோபிகா' வெற்றிக்குக் காரணங்களைக் கேட்டோம்... இன்முகத்துடன் கூறினார்.

"என் கணவர் இந்த ஜவுளித் தொழிலில் மிகுந்த அனுபவம் உள்ளவர். அவர் தந்தை... என் மாமனார் மதிப் பிற்குரிய ஸ்தாபகர் ஹாஜி டி. எஸ். முகமதுகனி அவர்கள், 'வாடிக்கையாளரின் முழுத் திருப்தியே என் லட்சியம்' என்று செயல்பட்டு வெற்றி பெற்ற வழியில் என் கணவர்


• ஷமீமா பேகம்



'ஷோபா' ஜவுளி நிறுவனத்தை நற்பெயருடன் நடத்தி வருகிறார். என் கணவர் எனக்கு வழிகாட்டியாக இருந்து ஆலோசனைகள் கூறி இந்த 'ஷோபிகா'வின் உயர்வுக்கு உதவி வருகிறார். மேலும் எனது நிர்வாகத்தில் பல புதுமைகளைச் செய்தேன். நல்ல வர வேற்பு கிடைத்தது."

"கோவையில் முதன்முதலாக 'பட்டுத் திரு விழா' நடத்தினோம். இந்தியாவில் தலைசிறந்த நெசவுக்கலை வல்லுனர்களைக் கோவைக்கு வரவழைத்து காஞ்சிபுரம், ஆரணி, பனாரஸ், வல்கலம், இக்கட் புடைவை ரகங்களை நெசவு விலைக்கே கிடைக்க வைத்தோம். இந்த வாய்ப்பை கோவை பெண்கள் மட்டுமின்றி வெளியூர் பெண்களும் பயன் படுத்திப் பட்டுப் புடைவைகளை நியாய விலையில் வாங்கி ஷோபிகாவை வாழ்த்திச் சென்றார்கள்."

"முக்கிய விசேஷ காலங்களில் எங்கள் ஷோபிகாவிற்கு வரும் வாடிக்கையாளர் பெண்களுக்கு விரல்களில் உள்ளங்கையில் மருதாணி இட்டுவிட்டோம். இலவசமாக வளையல்கள் போட்டுவிட்டோம். இது வாடிக்கையாளர்களை எங்கள் மீது பாசம் கொள்ள வைத்து விட்டது. தொடர்ந்து இதனைச் செய்து வருகிறோம்."



• முகமது கனி



"வீடுகளில் பெண்கள் பாட்டி... கொள்ளுப்பாட்டியின் புடைவைகளைப் பாதுகாப்பாக வைத்திருப்பார்கள். ஆனால் அதே டிசைனில் தற்போது புடைவைகள் கிடைக்காதா என்று ஏங்கியதை உணர்ந்து ரெண்டலூம் - 'வாடகைத் தறி' (Renta Loom) என்ற திட்டத்தை அறிவித்து பாட்டி புடைவைகளை வாங்கி எங்கள் நெசவாளிகளைக் கொண்டு அதே டிசைனில் புடைவைகளை நெய்து கொடுத்து பேத்திகள் அப்புடைவைகளை அணிந்து



• ராவ் குடும்பத்தினர்

...திருப்தி அடைந்து எங்களுக்கு நன்றி சொன்னார்கள்."

"ஒரிஸ்ஸா, ஜாம்தானி, பனாரஸ், வல்கலம் நகர்களில் அறிமுகம் ஆகும் முதல் டிசைன் புடைவையை எங்களுக்கு அனுப்பி விடுவார்கள். எங்கள் ஆலோசனை பெற்றே 'டிசைன்' செய்வார்கள். எங்களுக்கு 0422-439190 நம்பருக்கு போன் செய்தும், நேரில் வந்தும் இப்படி இந்த டிசைனில் புடைவை வேண்டும் என்று கேட்கும் பெண்களின் விசேஷ ஆர்டர்களுக் குப் புடைவை தயாரித்து அளித்து ஜவுளி சேவையையும் தொடர்ந்து செய்து வரு கிறோம். எங்கள் புடைவைகளை மொரீஷியஸ், ஆஸ்திரேலியா, சிங்கப்பூர் போன்ற நாடுக்கும் அனுப்புகிறோம். எங்கள் ஷோபிகாவிற்கு வரும் பெண்கள் தாங்கள் எதிர் பார்த்த புடைவை ரகம் கிடைக்கவில்லை என்று திரும்பியதே இல்லை."

"பம்பாயில் இருந்து வரவழைக்கப்படும் காஸ்மெடிக்ஸ் அழகு சாதனப் பொருட்களையும் எங்கள் ஜவுளி நிறுவன மேல் தளத்தில் விற்பனை செய்கிறோம். இவைகளைப் பெண்கள் ஆவலு டன் வாங்கிச் செல்கிறார்கள்.

'ஷோபிகா' வெற்றிக்குத் திருமதி ஷமீமா பேகம் கூறிய இக்காரணங்களை உறுதிப்படுத்த 'பம்பாயில்' இருந்து கோவை 'ஷோபிகா'வைத் தேடி வந்திருந்த திருமதி சித்ரா, அவர் கணவர் ராவ் குடும்பத்தினருடன் இருக்க இப்படிக் கூறினார் :

"இந்தியாவில் வேறு ஜவுளிக் கடைகளில் கிடைக்காத விலை உயர்ந்த அருமையான டிசைன்களில் புடைவைகள், கடிதார்கள் கிடைப்பதாகக் கேள்விப்பட்டு இதற்காகவே கோவை வந்தோம். இங்கிருக்கும் டிசைன்களைப் பார்த்துப் பிரமித்துத்தான் போனோம். நினைத்ததற்கு மேலாகவே வாங்கினோம்!"

இங்கே சில புதுமைகளையும் பார்க்க முடிந்தது -

● வேறு மாநிலங்களில், ஊர்களில் உள்ள 'ஷோபிகா' வாடிக்கையாளர் குடும்பங்கள் ஞாயிறு தினத்தில் முன்னதாக போன் செய்து 'அப்பாயின்ட்மெண்ட்' பெற்றுக் குடும்பம் குடும்பமாகத் தனியாக வந்து ஜவுளிகளை வாங்கிச் செல்கிறார்கள். இந்தப் புதுமையான ஏற்பாட்டினை இந்தியாவிலேயே ஷோபிகாதான் முதன்முதலாகச் செய்துள்ளது.

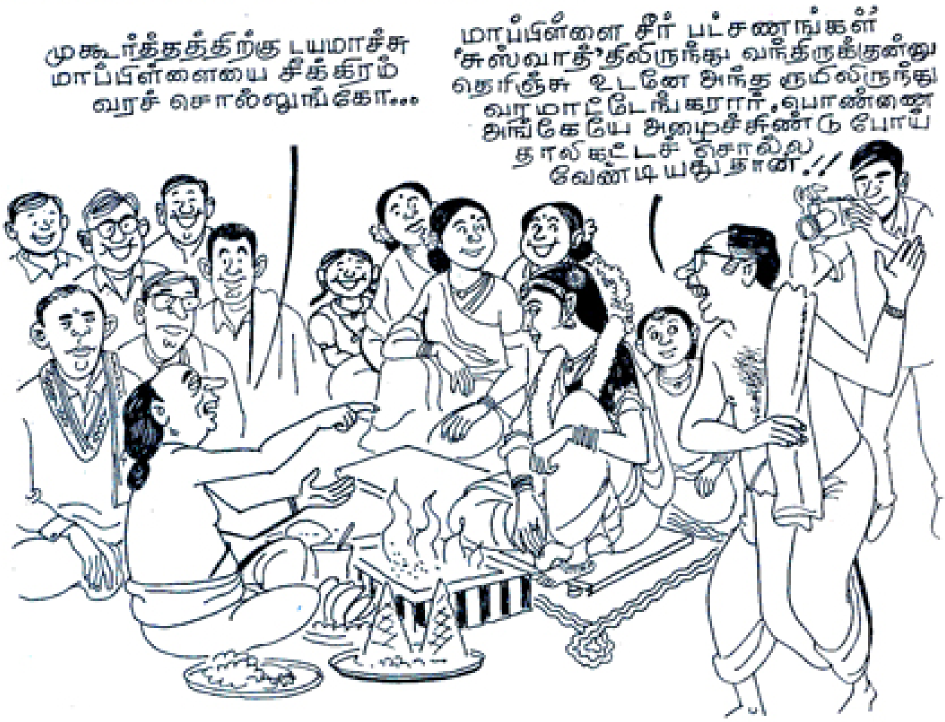
● வெளிநாட்டு ஜவுளி நிறுவனங்களுக்கு எப்படிப் புடைவைகள், ஜவுளிகளை விற்பனை செய்ய வேண்டும் என்று 'ஷோபிகா' சொல்லியும் தருகிறது.

● 'ஷோபிகா' காஸ்ட்யூம் டிசைனராகவும் செயல்படுகிறது. திருமணங்களில் பெண், மாப்பிள்ளை, உறவினர் நிறம், உடலுக்கு ஏற்ற புடைவை, ஜவுளிகளைத் தேர்வு செய்து தருவதில் பெரும் பெயர் பெற்றுள்ளது.

கணவரின் ஆலோசனை பெற்று, புதுமையான செயல்பாடுகளால் 'ஷோபிகா'வை சோபிக்க வைத்து பெண்கள் போற்றும் ஜவுளி நிறுவனம் ஆக்கிவிட்ட ஷமீமா பேகத்தை வாழ்த்தி விடைபெற்றோம்.

பேட்டி, படங்கள் : **விஜயா கண்ணன்**





கல்யாண ஸ்வீட்ஸ், சீர்முறுக்கு, சீர்வரிசை பட்சணங்கள் எவ்வளவு தேவை ஆனாலும் அர்ஜெண்ட் ஆர்டர் பேரில் தயார் செய்து தருகிறோம்.

- ☐ சுத்தமான நெய்யில் தயாராகும் ஸ்வீட் வகைகள்
- ☐ சுத்திகரிக்கப்பட்ட, கொலஸ்ட்ரால் தொல்லை இல்லாத தாவர எண்ணெயில் தயாராகும் கார வகைகள்
- ☐ அதிகப்படியான எண்ணெய் அகற்றப்படுவதால் நீண்டநாள் கெடாமல் இருக்கும் தென்னிந்திய பட்சணங்கள் (Free of Oil)
- ☐ Instant இட்லி மிக்ஸ், தோசை மிக்ஸ், அடை மிக்ஸ், வடை மிக்ஸ், புளியோதரை மிக்ஸ் etc.

OUR SPECIALITIES :

- ☐ புழுங்கலரிசி கைமுறுக்கு, தட்டை, சீடை மிக்ஸர் (Free of Oil) etc.
- ☐ மைசூர் பாகு, போளி, லட்டு, கோதுமை அல்வா, etc.

SUSWAAD

The Delicious Home made Sweets and Savouries
1/2, Venkatraman Street,
(Near Kasi Arcade, Pondy Bazaar),
T. Nagar, Madras - 17.
Ph : 8282324 P.P.

Also Available at :
C/0. Unique Electronics
160, Royapettah High Road,
Mylapore, Madras - 4.
Ph : 4992190
131, Mudichur Road,
Thambaram West,
Ph : 403267

EXPORT ORDERS & ENQUIRIES FOR TECH. KNOWHOW SOLICITED.

நான் நட்சத்திரம், ஜாதகம், உறவுமுறைகளைப் பார்த்து திருமணத்தை முடித்தும் தம்பதிகளுக்குக் குறிப்பிட்ட காலத்திற்குள் குழந்தைபாக்கியம் ஏற்படவில்லையென்றால் குழந்தையை பெற்றெடுக்கத் தகுதியற்றவள் என தீர்மானித்து ஆண்மகனுக்கு இரண்டாவது திருமணத்தை முடித்து வைப்பார்கள். இது கிராமத்துப் பழக்கம்.

திருமணமான தம்பதிகளுக்கு ஓரிரு ஆண்டுகளுக்குள் கரு உண்டாகவில்லை என்றால் ஆண்களைத் தான் முதலில் மருத்துவப் பரிசோதனைகளுக்கு உட்படுத்த வேண்டும். 'கரு' என்பது ஆண்களின் உடலிலிருந்து உருவாகும் ஸ்பெர்ம்ஸ் (SPERMS) என்னும் அணுக்களிலிருந்து தான் உற்பத்தியாகிறது. ஆண் பெண் சேர்க்கையால் உயிர் பெறும் ஜீவனத்திற்கு 'கரு' என்றழைப்பார்கள். ஆரோக்கியமான ஆணுக்கு 80 மில்லியன் அணுக்கள் இருக்கும். அவர்களுக்குக் குழந்தை பாக்கியம் உண்டாகும். சிலருக்கு அணுக்களில் எண்ணிக்கை மிகவும்



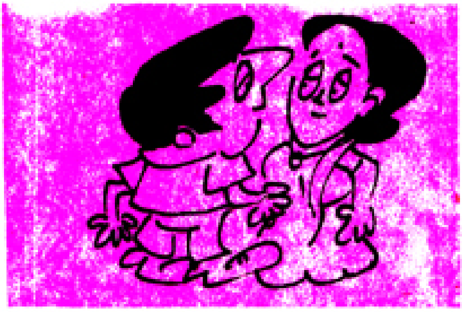
குழந்தைபேறு அளிக்கும் அபூர்வ மூலிகைகள்

குறைவாக இருக்கும். 10 மில்லியன், 30 மில்லியன், 50 மில்லியன் என குறைவாகவும் காணப்படும்.

அணுக்களில் 80%க்கு மேல் அசையும் சக்தி இருந்தால் (MOTALITY) ஆரோக்கியமான குழந்தை பிறக்கும். சிலருக்கு அசைவில்லாத அணுக்கள் (SLUGGISH) செத்துப்போன அணுக்கள் (DEAD SPERMS) இருக்கும். பலருக்கு அணுக்களே உருவாகாது. சினை உற்பத்தியாகும் போதே இந்த அணுக்கள் அழிந்து விடும். இதற்குப் பல காரணங்கள் இருக்கின்றன. இதற்கு அஸீஸ்பெர்மியா அதாவது ஆண்களின் 'மலட்டுத் தன்மை'என்றும் அழைப்பார்கள்.

ஒரு டீஸ்பூன் அளவு இந்திரியத்தில் 3 முதல் 4,000 மில்லியின் உடலிலிருந்து வெளியேறும் இந்த அணுக்கள் வெளியேறிய 24 மணி நேரத்திற்குள் இறந்துவிடும். ஆனால் அதே அணுக்கள் கர்ப்பப்பைக்குள் செல்லும்போது அங்கு இயற்கையாக உருவாக்கப்பட்டிருக்கின்ற சூழ்நிலையில் இரண்டு முதல் 4 நாட்கள் வரை உயிருடன் இருக்கும். கர்ப்பப் பைக்குள் அதிகமான குளிர்ச்சி, உஷ்ணம், புளிப்பு, காரம் கொண்ட திரவகங்கள் சுரந்தால் அல்லது கர்ப்பப் பைக்குள் புண் அழற்சி, யூரினரி இன்ஃபெக்‌ஷன், வெட்டை நோய் உண்டானால் அணுக்கள் செத்துவிடும். அதனால் ஆரோக்கியமான அணுக்கள் இருந்தும் கருத்தரிக்காமல் போய்விடும். கை, கால் முகம் மற்றும் உடல் உறுப்புகளுக்கு பக்கவாதம் ஏற்பட்டு இயங்காமல் போவதைப் போல் ஆண் உறுப்பும் சில சமயம் இயங்காமல் போய்விடுகிறது. அதனாலும் குழந்தை பாக்கியம் இல்லாமல் போய்விடுகிறது.

டாக்டர் ஹகீம் எஸ். அக்பர் கவுஸர்



அடுத்தவர் மனைவிகளை வைத்து உங்கள் மனைவியை எடைபோட்டு தாழ்த்தி நினைக் காதீர்கள். அடுத்தவர்க்கு ஒரு திறமை இருந்தால் நம் மனைவிக்கும் ஏதாவது ஒரு திறமை இருக் கும். அதில் உங்கள் ரசனையை அதிகப்படுத்தி அவளை ஊக்குவியுங்கள். இந்தச் செயல் தன்னம்பிக்கையையும் உங்கள் மதிப்பையும் அதி கரிக்கும். கமான், அவளிடம் தேடுங்கள். அட திறமையை சார்!

-கி.மஞ்சுளா

ஒழுக்கம் கெட்டவர்களுக்குப் பல ரகசிய நோய்கள் இருக்கும். அவைகளை வெட்கத்தால் யாரிடமும் கூறாமல் மூடி மறைத்து வைத்துக் கொண்டிருப்பார்கள். இதனாலும் குழந்தை பாக்கியம் தடைப்படும்.

இவற்றிற்கெல்லாம் யுனானி மருத்துவத்தில் எளிய மருந்துகள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. அவைகளை சுயமாகவே தயாரித்துப் பயன்படுத்தலாம்.

இந்திரிய அணுக்களை அதிகரிக்கும் பேரிட்சைப்பழ லேகியம்:

ஏலக்காய் 3 கிராம், லவுங்கப்பட்டை 3 கிராம், சுக்கு 3 கிராம், லவுங்கப் பூ 3 கிராம், பேரிட்சைப்பழம் 250 கிராம், சிங்காடா 250 கிராம், கருவேலப் பிசின் 250 கிராம், இனிப்புப் பாதாம் 30 கிராம், பிஸ்தா பருப்பு 30 கிராம், அக்ரோட் பழம் 30 கிராம், ஜாதிபத்திரி 1½கிராம், ஜாதிக்காய் 1½கிராம். இவைகளை பவுடராக்கி தேனில் கலந்து லேகியமாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். இதைத்தான் யுனானி மருத்துவர்கள் செக்ஸ் லேகியம், தாதுபூஷ்டி லேகியம், மன்மத லேகியம் என்னும் பெயரில் தருவார்கள். இதைச் சாப்பிடுவதால் ஆரோக்கியமான இந்திரியம் சுரக்கின்றது. அணுக்களின் எண்ணிக்கை அதிகரித்து குழந்தை பாக்கியம் ஏற்படுகிறது. உணர்வற்ற உறுப்பில் உணர்வுகள் திரும்புகின்றது. இளமையில் அறியாமையால் செய்கின்ற தவறுகளால் உண்டாகும் பாலுணர்வு பிரச்சினைகளை குணமாக்குகிறது. 'குடிகாரர்களின் டாக்டர்' என்ற புனைப் பெயர் வருவதற்கு முன் வாணியம்பாடியில் என்னை குழந்தையைப் பிறக்க வைக்கும் பச்சிலை வைத்தியர் என்றே அழைப்பார்கள். இம்மருந்தைச் சாப்பிட்ட ஆண்களின் இந்திரிய அணுக்களின் பிரச்சினை நீங்கி பலருக்குக் குழந்தை பிறந்து இருக்கிறது. ஆண்மைக் கோளாறுகள் குணம் பெற்று இருக்கின்றன.

சிறுநீரில் இந்திரியக் கசிவை தடுப்பதற்கு தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு 20 கிராம், புளியங்கொட்டை 20 கிராம், கேரட் விதைகள் 20 கிராம், சர்க்கரை 60 கிராம் இவைகளை நாட்டு மருந்துக் கடைகளிலிருந்து வாங்கி பவுடராக்கிக் காலை மாலை ஒரு டீஸ்பூன் அளவில் பாலுடன் சாப்பிட்டால் குணம்பெறும். இதைத் தயாரிக்க முடியாதவர்கள் யுனானி மருந்துக்கடைகளில் தயாரிக்கப்பட்ட நிலையில் விற்கப்படும் மாஜுன் இஸ்பந்த் சோக்தானி லேகியத்தை ஒரு டீஸ்பூன் அளவில் இரவில் பாலுடன் சாப்பிடலாம்.

காமக் கனவுகளுடன் உண்டாகும் இந்திரிய ஸ்கலிதம் நோயைத் தடுக்க சர்ப்பகந்தி 10 கிராம், தனியா 10 கிராம், சாலப் மிஸ்ரி 10 கிராம், மூன்றையும் பவுடராக்கி இரவில் ஒரு கிராம் அளவில் தினசரி சாப்பிடலாம். இதைத் தயாரிக்க முடியாதவர்கள் யுனானி மருந்துக் கடைகளில் தயாரித்த நிலையில் விற்கப்படும் சஃபூப் சாலப் மருந்தை வாங்கி மூன்று கிராம் அளவில் படுக்கும்போது பாலுடன் சாப்பிடலாம்.

விரைவாதம்:

இயற்கையாகவே இறைவனின் படைப்புகளில் சிறுநீரகங்கள், மார்பகங்கள் விரைகள் இவைகளில் ஒன்று பெரியதாகவும் மற்றொன்று சிறியதாகவும் இருக்கும். விரைகளின் சதையும் திசுக்களும் மிருதுவான தசைகளைக் கொண்டு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. இந்திரியத்தின் உயிரணுக்கள் விரைகளில் உற்பத்தியாகின்றது. விந்துப்பை சிறுநீர்ப்பைக்கும், மலக்குடலுக்கும் இடையே அமைந்துள்ளது. ஒவ்வொரு முறையும் விந்து வெளியேறும்போது 200 மில்லியன் விந்து அணுக்கள் வெளியேறுகிறது. விரைகளில் இரண்டு விதமான நோய்கள் உண்டாகும். ஒன்று ஹெர்னியா, இரண்டாவது ஹைட்ரோசில். ஹெர்னியா நோய்க்கு அறுவை சிகிச்சை மட்டுமே சிறந்ததாகும். விரைவாதம் வீக்கம் என்னும் ஹைட்ரோசில் நோய்க்கு யுனானி மருத்துவமே சிறந்த சிகிச்சையாக அமைந்திருக்கின்றது.

வேர்க்குரு பவுடர், முகப்பரு க்ரீம், ஆன்டிஸெப்டிக் லோஷன், பொடுகு ஷாம்பூ, பியூட்டி சோப்...

அதெல்லாம் மறந்துவிடுங்கள்.



மறக்காமல் ஒரு ஆயுர்வேத குளியல் தினசரி எடுத்தால் போதும். 18 மூலிகைகள் கலந்த பரிசுத்த தேங்காய் எண்ணெயில் தயாரான மெடிமிக்ஸ் ஆயுர்வேத பாத் சோப் வாங்குங்கள். விலை ரூ. 6.50 மட்டுமே.

வேர்க்குருவை மறந்துவிடுங்கள் - மெடிமிக்ஸ் சோப்பிலுள்ள கஸ், ஆனந்த மூல் மற்றும் தனியா வேர்க்குருவை எதிர்க்கின்றன.

முகப்பருவை மறந்துவிடுங்கள் - மெடிமிக்ஸ் சோப்பிலுள்ள சித்ரக் மற்றும் தாரு-ஹரித்ரா முகப்பருவை தடுக்கின்றன.

ஸெப்டிக்கை மறந்துவிடுங்கள் - மெடிமிக்ஸ் சோப்பில் சருமத்தை பாதுகாக்க சிறந்த இயற்கை ஆன்டிஸெப்டிக் குக்கல், தேவதாரு மற்றும் நிம்பா துவக் உள்ளன.

பொடுகை மறந்துவிடுங்கள் - மெடிமிக்ஸ் சோப்பிலுள்ள வாச்சா, பாகுச்சி மற்றும் யஷ்டிமது பொடுகை எதிர்த்து போராடுகின்றன.

அழகு சாதனங்களை மறந்துவிடுங்கள் - மெடிமிக்ஸ் சோப்பிலுள்ள குடஜா, ஜீரா, வாயுவிடங்க, ஜ்யோதிஷ்மதி, மகாபாரிவாச்சா, ஆரன்யஜீரகா மற்றும் மதுஸ்னுஹி ஆகியவை வியர்வை நாற்றத்தை அகற்றுவதுடன் சருமத்திற்கு அழகூட்டுகின்றன.

பக்க விளைவுகளை மறந்துவிடுங்கள் - ஆயுர்வேதத்தில் நம்பிக்கை வையுங்கள். உங்கள் குடும்பத்தினருக்கு கேசம் முதல் பாதம் வரை முழுமையான பராமரிப்பை மெடிமிக்ஸ் ஆயுர்வேத பாத் சோப் மூலம் தினசரி அளியுங்கள்.

சுக்கு 3கிராம், காவிக்கல் 3 கிராம், பருத்திக் கொட்டை 3 கிராம், எள்ளு 3 கிராம் இவைகளை சிறிது தண்ணீரில் கலந்து அரைத்துப் பசையாக்கி விரைகளின் மீது பற்றுப்போடலாம். மகிழம்பு என்னும் பலாஸ் பூக்கள் 6 கிராம், பாபன பூக்கள் என்னும் சீமை சாமந்திப்பூ, மசூர் பருப்பு (துவரம் பருப்பின் ஒருவகை) இவைகளை நாட்டு மருந்துக்கடைகளிலிருந்து வாங்கி 500 மில்லி தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி அந்நீரை விரைகளின் மீது மெல்ல மெல்ல விழச் செய்ய வேண்டும். மருந்தை அரைத்து விரைகளின் மீது பூசலாம்.

ஊமத்தை ஒரு இலையை எள்ளு எண்ணையில் வறுத்து விரைகளின் மீது பேண்டேஜ் கட்டலாம். இதைத் தயாரிக்க முடியாதவர்கள் இத்ரஃபல் ஷஹத்ரா லேகியம், மாஜூன் உஷ்பா லேகியம், பர்ஷாஷா லேகியம் மருத்துவர்களின் ஆலோசனைப்படி பயன்படுத்தலாம்.

சிறுநீரக நோயும் குழந்தை பாக்கியமும்:

சிறுநீரகங்களுக்கும் இனவிருத்தி உறுப்புகளுக்கும் நேரிடையாக தொடர்பு இருக்கின்றது. சிறுநீரகங்கள் பாதிக்கும் நிலையில் ஆண் பெண் இருபாலரின் பாலுணர்வுகளும் இழந்து விடுகிறது. இதனால் குழந்தை பாக்கியமும் இல்லாமல் போய்விடும். இவர்கள் திருமணத்தைத் தவிர்க்க வேண்டும். திருமணமானவர்கள் 'நிரோத்தை' பயன்படுத்தி கர்பத்தைத் தவிர்க்க வேண்டும். டயாலிஸிஸ் சிறுநீரக மாற்று அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் யுனானி மருந்துகளில் எளிய சிகிச்சை முறைகள் இருக்கின்றன. அவைகளை பயன்டுத்தினால் யூரியா, கிரியாடினின் அளவு குறைந்து விடுகிறது. டயாலிஸிஸ் செய்யாமலே இரத்தம் சுத்தமாகி விடுகிறது. இழந்த ஆண்மை பெண்மை பாலுணர்வு மீண்டும் திரும்புகின்றது. கிட்னி ஃபெயிலியர் பெண்களின் பிரசவ காலத்தில் தாய் வேண்டுமா? பிள்ளை வேண்டுமா? சொல்லுங்கள் என்று அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்கள் கேட்கும் நிலை ஏற்படும் அபாயம் தடுக்கப்படுகின்றது.

பெண்களும் குழந்தை பாக்கியமும்:

கணவர் ஆரோக்கியமாக இருந்தும் குழந்தை பாக்கியம் உண்டாகவில்லையென்றால் மனைவியை மருத்துவப் பரிசோதனைக்கு உட்படுத்த வேண்டும். ஸ்கேனிங், எக்ஸ்ரே, இரத்தப் பரிசோதனை, சிறுநீர் பரிசோதனை மூலம் கர்ப்பப்பையின் ஆரோக்கிய நிலையை அறிய வேண்டும். பொதுவாக பலவீனமான கர்ப்பப்பை, சுருங்கி சிறுத்துப்போன கர்ப்பப்பை, தளர்ந்த நிலையில் இருக்கும் கர்ப்பப்பை, கர்ப்பப்பை குழாயில் கட்டிகள், அடைப்பு, மருக்கள், சதை வளர்ச்சி, கர்ப்பப்பை வீக்கம், கர்ப்பப்பை புண், கர்ப்பப்பை புற்று, யூரினரி இன்ஃபெக்ஷன் பொதுவான காரணமாக அமைந்திருக்கின்றன. இவைகளை அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் யுனானி மருத்துவம் குணமாக்குகிறது. குழந்தை பாக்கியமும் ஏற்படுத்துகிறது.

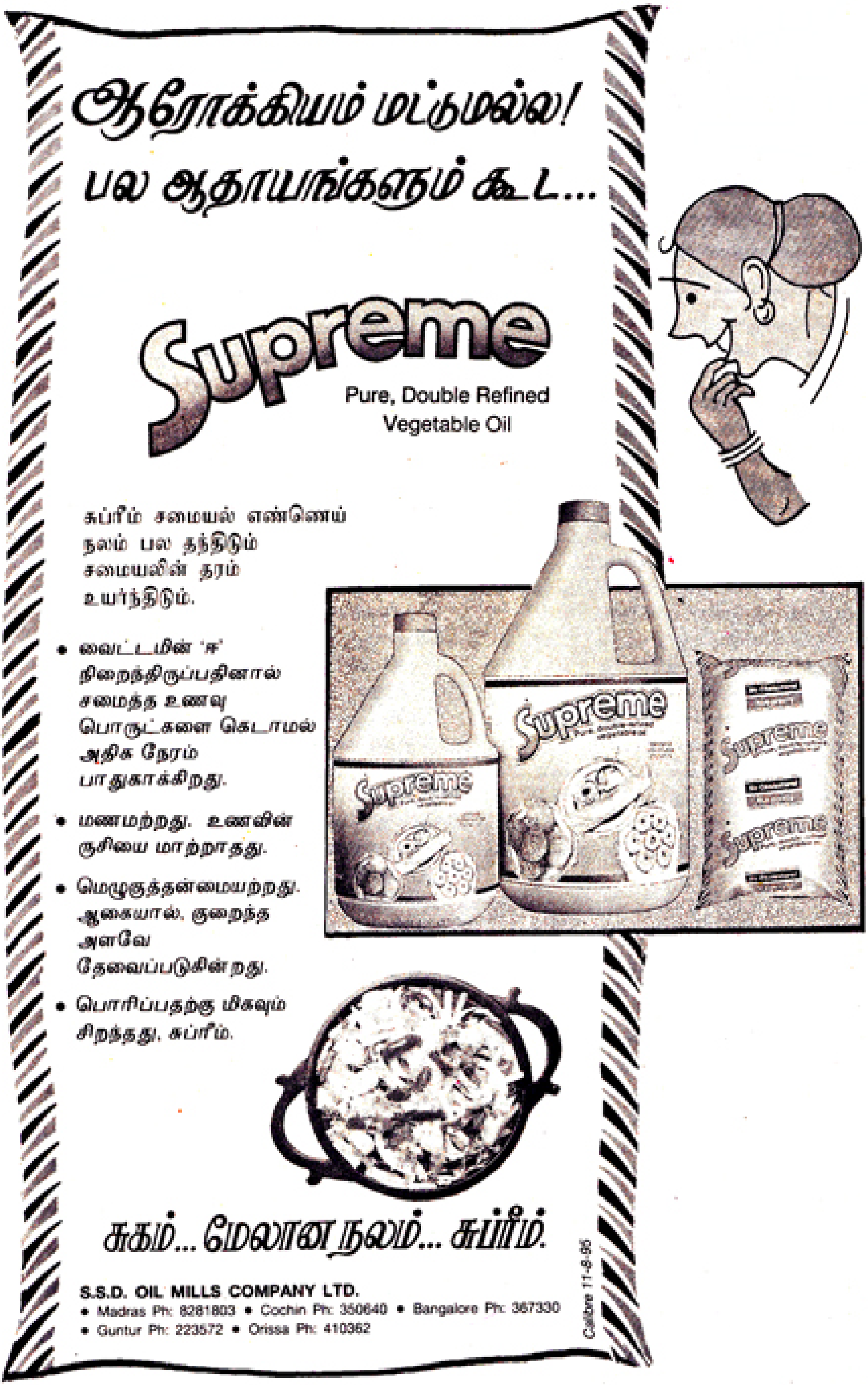
வெள்ளைப்பாடு நோய், சீழ்ப்பிடித்தல், துர்நாற்றமுள்ள கழிவு கர்ப்பையிலிருந்து வெளியேறிக் கொண்டிருந்தால் மஸ்தகி 1 கிராம், சுக்கு 1 கிராம், கருஞ்சீரகம் 1 கிராம், புதினா 5 கிராம், பெரிய ஏலக்காய் 5 கிராம் எடுத்து ஒரு டம்ளர் தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து கஷாயமாக்கி வடிகட்டி தினசரி ஒரு வேளை இரவில் குடிக்கலாம். அல்லது ஜவாரிஷ் ஜாலினியூஸ் என்னும் லேகியத்தை 7 கிராம் அளவில் படுக்கும்போது சாப்பிடலாம்.

கர்ப்பப்பை கொழுப்பைக் கரைக்க சஃபூப் முஹஸ்ஸில் இரவில் ஒரு டீஸ்பூன்

நைலான் கொடிகளில் துணி உலர்த்த விரும்புபவர்கள் கயிற்றில் இடையிடையே முடிச்சுகளைப் போட்டு, ஹாங்கரில் துணிகளை உலர்த்தினால் அதிக துணிகளையும் கொடியில் உலர்த்தலாம். முடிச்சு போடுவதால் மழைக் காலத்தில் இம்முறை மிகுந்த பலனைக் கொடுக்கும்.

— லக்ஷ்மி சிவகுமார்




ஆரோக்கியம் மட்டுமல்ல!
பல ஆதாயங்களும் கூட...
Supreme
Pure, Double Refined
Vegetable Oil
சுப்ரீம் சமையல் எண்ணெய்
நலம் பல தந்திடும்
சமையலின் தரம்
உயர்ந்திடும்.
• வைட்டமின் 'ஈ'
நிறைந்திருப்பதினால்
சமைத்த உணவு
பொருட்களை கெடாமல்
அதிக நேரம்
பாதுகாக்கிறது.
• மணமற்றது. உணவின்
ருசியை மாற்றாதது.
• மெழுகுத்தன்மையற்றது.
ஆகையால், குறைந்த
அளவே
தேவைப்படுகின்றது.
• பொரிப்பதற்கு மிகவும்
சிறந்தது, சுப்ரீம்.
சுகம்... மேலான நலம்... சுப்ரீம்.
S.S.D. OIL MILLS COMPANY LTD.
• Madras Ph: 8281803 • Cochin Ph: 350640 • Bangalore Ph: 367330
• Guntur Ph: 223572 • Orissa Ph: 410362
Calibre 11-8-95



பஞ்சாப் கோதுமை 1 பங்கு அரிசி 1 பங்கு என்ற சம விகிதத்தில் கலந்து மிஷினில் அரைத்து மாவாக்கிக் கொண்டால் தோசை சுடும்போது நன்றாக வரும். தனித்தனியாக கைதிட்டமாக இம்மாவை கலந்து கொண்டால் சில சமயம் பிய்ந்துவிட வாய்ப்புள்ளது.

— ஆர். விமலா

அளவிலும் மாஜூன் முஹறலில் லேகியம் காலையில் ஒரு டீஸ்பூன் அளவிலும் சாப்பிடலாம்.

சில பெண்களுக்கு பிரதி மாதமும் மாதவிலக்கு உண்டாகும். ஆயினும் கரு உண்டாகாது. ஸ்கேனிங் படத்தில் குறை காண முடியாது: அவர்கள் மாதவிலக்கு முடிந்த பின் ஏழாவது நாள் 'ஹப்பே ஹமல்' ஒரு மாத்திரையை காலை மாலை 250 மில்லி லிட்டர் பாலுடன் சாப்பிட வேண்டும். நான்காவது நாள் உடலுறவு கொண்டால் குழந்தை பாக்கியம் உண்டாகும். ஒவ்வொரு மாதமும் தொடர்ந்து முயற்சி செய்யலாம்.

கர்பப்பை குழாய்களில் கட்டிகள், அடைப்பு, சுருக்கம், மருக்கள் ஏற்பட்டு அதனால் குழந்தை பாக்கியம் உண்டாகவில்லை என்றால் மாஜூன் கஹூக்சோன்ட், மர்ஹும் தாக்கிலூரன், முஹிபூல், மஸ்தூரின் மருந்துகளில் ஏதேனும் ஒன்றை மருத்துவர்களின் ஆலோசனைப்படி பயன்படுத்தலாம்.

இல்லறப் பிரச்சினைகளை நீக்கும் பொதுவான மருந்துகள்:

சந்தோஷமான குடும்பம் கணவன் மனைவி ஒருவருக்கொருவர் புரிந்து கொள்வதையும் சந்தோஷத்தைப் பகிர்ந்து கொள்வதையும் பொறுத்து தான் அமைந்திருக்கின்றது. மனநோயாலும், சந்தேக நோயாலும் சிலர் ஆண்மையையும் பெண்மையையும் இழந்து விடுவார்கள். அதனால் இல்லற வாழ்க்கையில் சந்தோஷமாக இருக்க மாட்டார்கள். சிலரின் பாலுணர்வு உறுப்புக்கள் வளர்ச்சி பெறாத நிலையில் இருக்கும். அல்லது செயல்படாமல் இருக்கும். அதனால் மனநிலை கடுமையாக பாதிக்கப்பட்டு அவதிப்படுவார்கள். கண், காது, மூக்கு, பற்கள் போன்றவைகளில் குறைப்பாடு ஏதேனும் இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவரை எப்படி அணுகுகின்றோமோ அதேப்போல் பாலுணர்வு உறுப்புக்கள் பாதிக்கப்படும்போது மருத்துவரின் ஆலோசனை பெறுவது சந்தோஷமான இல்லற வாழ்க்கையைத் தரும்.

சில பெண்களின் மார்பகங்கள் இயற்கைக்கு மாறாக தளர்ந்து தொங்கிக் கொண்டிருக்கும். அதற்கு 'ஜிமாத் ஷபாப்' களிம்பை சில நாட்கள் மார்பகங்களின் மீது பூசி மசாஜ் செய்தால் ஆரோக்கிய நிலைக்கு கவர்ச்சிகரமாக வந்துவிடும்.

சிலருக்கு மார்பகங்கள் வளர்ச்சி பெறாமல் இருக்கும். அது அவர்களின் மனநிலையைப் பாதிக்கும். அவர்கள் மாஜூன் ஆரத்துர்மா அல்லது லூப் கபீர் லேகியத்தை காலை மாலை ஒரு டீஸ்பூன் அளவில் சாப்பிட்டு ஜெய்த்தூண் எண்ணை (ஆலிவ் எண்ணை)யைக் கொண்டு சுயமாக ஒருமுறை மார்பகங்களின் மீது மசாஜ் செய்து கொண்டால் கவர்ச்சியாக மார்பகங்கள் வளர்ச்சி பெறும்.

ஆண்களுக்குப் பாலுணர்வு தடைப்படுவதைப் போல் சில பெண்களுக்கு ஆண்களைக் கண்டால் பிடிக்காது. அவர்களுக்குப் பாலுணர்வு இருக்காது. இதனால் கணவன் மனைவி உறவு பாதிக்கக் கூடும். அவர்கள் மாஜூன் மக்லி-ஓ-மம்சிக் 1½கிராம் லேகியத்தை மாலையில் ஒரு டம்ளர் பாலுடன் தினசரி சாப்பிடலாம்.

நான் கடந்த 16 ஆண்டு காலமாக மறுவாழ்வு மையம், அன்புக் கரங்கள் என்னும் இல்லறப் பிரச்சினைகளை தீர்த்து வைக்கும் இலவச ஆலோசனைப் பிரிவும், தனிப்பட்ட முறையில் சிகிச்சைப் பிரிவும் நடத்தி வருகின்றேன். கடிதம் மூலம் ஆலோசனை பெறுபவர்களுக்கும் இலவசமாகவும் பதிலளிக்கின்றேன். விரும்புவோர் இந்த முகவரிக்குக் கடிதம் எழுதலாம்:- **மறுவாழ்வு மையம், 370, மசூதி வீதி, நியு டவுன், வாணியம்பாடி – 635 752, வடாற்காடு அம்பேத்கர் மாவட்டம்.**

தொலைபேசி : 04174 - 24095.

எதுவாக இருக்கும்? ஆணா? பெண்ணா? அல்லது அழகான ஆரோக்கியமான குழந்தையா?



உண்மையாகவே, பிரசவத்தை எதிர்நோக்கி இருக்கும் இச் சமயத்தில் முக்கியமாக நீங்கள் எதைப்பற்றி சிந்திக்க வேண்டும்? குழந்தை ஆணா, பெண்ணா என்றா அல்லது அதன் ஆரோக்கியம் பற்றியா?

ஆரோக்கியம் பற்றிதான் சிந்திக்க வேண்டும் என நாங்கள் நினைக்கிறோம்.

ஆரோக்கியம் எங்கு ஆரம்பிக்கிறது.

நல்ல சரிவிகித உணவிலிருந்துதான் இது ஆரம்பமாகிறது. ஒன்றை நினைவில் கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் உண்பது இருவருக்காக. காரணம் நீங்கள் உண்பதுதான் உங்கள் குழந்தைக்கும் போய்ச் சேருகிறது.

முட்டை பற்றி சிந்தித்துப் பாருங்கள்.

முட்டையில் மிக உன்னத தரமுள்ள புரதச்சத்து செறிந்துள்ளது. இப்போது உங்கள் குழந்தையின் முறையான வளர்ச்சிக்கும், வருங்காலத்தில் அவனுக்கு நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியையும் வழங்க இது உதவுகிறது.



அடுத்ததாக, இதிலே வைட்டமின் A சத்து செறிந்துள்ளது. இந்த சத்து குழந்தையின் கண்களுக்கும் மட்டுமின்றி சருமத்திற்கும் மிகவும் நல்லது. உணவு நன்கு செரிப்பதற்கும், நரம்புகள் நன்றாக வலுவடை-வதற்கும் தேவையான வைட்டமின் B க்ரூப் அனைத்தும் இதிலே உள்ளது. தவிர நல்ல உறுதியான வலுவான எலும்புகளுக்கு வைட்டமின் D உள்ளது.

முட்டையில், அத்தியாவசியமான 11 உலோகசத்துக்களும் அடங்கியுள்ளன. உடலின் சீரான இயக்கத்திற்கு இவை உதவுகின்றன. அதாவது ஆரோக்கியமான இரத்தத்திற்கு இரும்புச் சத்து, மூளை வளர்ச்சிக்கு பாஸ்பரஸ் மற்றும் உறுதியான பற்களுக்கு கால்சியம்.

இன்றே முட்டை சாப்பிடுங்கள்.

கட்டுக்கடங்கா ஆனந்தத்தையும், ஆரோக்கியத்தையும் நீங்கள் எதிர்பார்க்கலாம். ஆணானாலும் சரி பெண்ணானாலும் சரி.

எந்த நாளும் சிறந்தது.
முட்டை உண்ண உகந்தது.

இயற்கை உணவுகளை சாப்பிடுங்கள். செயற்கை வண்ணங்களும், ப்ரிசர்வேட்டிவ்களும், உங்கள் குழந்தையின் ஆரோக்கியத்தை நெடு நாட்கள் பாதிக்க கூடும்.

கருவுற்றிருக்கும் போது உடற்பயிற்சி செய்தால், பிற்பாடு எந்த சிரமமும் இன்றி சுகப்பிரசவத்திற்கு உதவும்.

தாய்ப்பால் கொடுக்கும் காலத்தில் நீங்கள் முட்டை, காய்கறிகள், பால், பழம் போன்ற வைட்டமின் செறிந்த உணவு வகைகளை சாப்பிடுவதை உறுதி செய்துகொள்ளுங்கள்.

NECC
நேஷனல் எக்
கோ-ஆர்டினேஷன்
கமிட்டி

Enterprise/NECC/18/Tn

இஷ்டு எல்லாம் கோஷ்டு!

உஷா ஸ்ரீகுமார்

"ஏன் இப்படி சுரத்தில்லாம இருக்கே? புது ப்ளாட்டுக்குக் குடி போற சந்தோஷமே மூஞ்சில தெரியலயே... விசாலம் 'வெடுக்'குனு ஏதாவது சொன்னாளா?"

"சேச்சே..."

"சுந்து சண்டை பிடிச்சானா? அப்படியே துர்வாச குணத்திற்கு அப்பாவையே கொண்டிருக்கான்."

"அதெல்லாம் ஒண்ணுமேயில்லே மாமி. தலைவலி தூங்கினா சரியாயிடும்" கொட்டாவியை வரவழைத்துக் கொண்டாள் விஜி.

"என்னமோடம்மா... மனசு கேட்கலை. எங்கிட்டே வாய்விட்டு சொல்லத் தயங்கறே... ஹ்ஊம்... நானும் கிளம்பறேன். பால்காரன் வர்ற நேரமாச்சு." அவல் கிடைக்காததால் அஸ்வாரஸ்யமாக விலகினாள் மங்களம், விஜியின் மாமியாரின் அந்யந்தத் தோழி.

"ஹப்பா..."

வாசல் கதவை தாழிட்டுவிட்டு ஹாய்யாக ஊஞ்சலில் படுத்தாள் விஜி.

தூக்கம்? வரவில்லை.

காரணம், பக்கத்து அறையில் உறங்கும் அவள் மாமியாரின் ஸ்டீரியோ ஃபோனிக் குறட்டையொலி மட்டுமில்லை– பல நாட்களாக மனத்தில் அவ்வப்போது சிறகடித்துப் பறக்கும் அந்தச் சின்ன ஆசை... கூடவே தலை தூக்கும் அந்தப் பெரிய்ய பயம்.

கிட்டத்தட்ட ஒரு மாதமாக... கரெக்ட்டாகச் சொன்னால் இவர்கள் வாங்கப் போகும் வீட்டின் பில்டர் "இன்னும் எண்ணி எழுபது நாட்களில் புது ப்ளாட்டின் சாவி உங்கள் கையில். காலம் தவறாமையே எங்கள் கன்ஸ்ட்ரக்ஷன் கம்பெனியின் கொள்கை... வளவளா... வளவா... வளவளா..." என்று அளந்து கொண்டிருந்த போது இவள் யோசனையில் ஆழ்ந்தாள்.

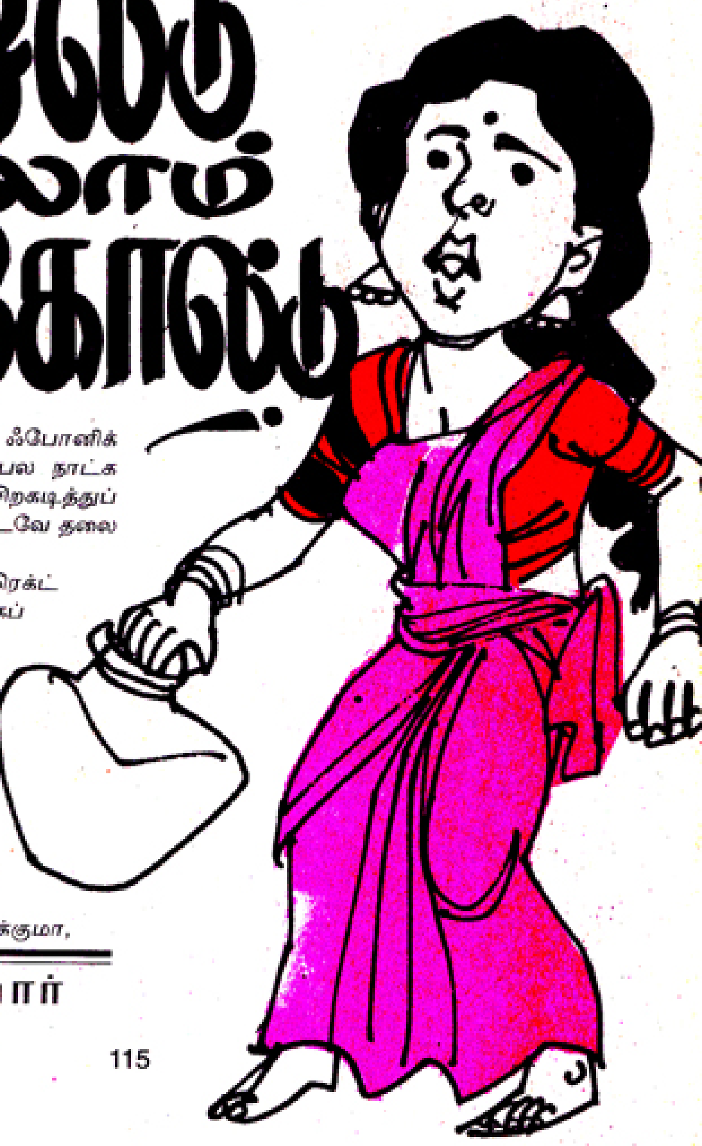
"எப்படி சமாளிப்பேன்? நடக்குமா, நடக்காதா?" என்ற கேள்விகள் அவள் மனக்கண் முன்னே பூதாகாரக் கொக்கிகளாக வளைந்து நின்றன.

வாய்விட்டுப் பேசி இதற்கொரு முடிவு காணலாம்தான். யாரிடம்? எப்படி?

என்னதான் நடக்கட்டுமே... தான், தன் நியூஸ் பேப்பர், தன் டீவி. தன் ஆபீஸ் பைல்கள், தன் டிரேட் மார்க்கான ஸ்பெஷல் மூன் கோபம் என்றே இருந்து கொண்டு "தன்வீடு, தன் மனைவி, அவள் ஆசைகள், அவஸ்தைகள் என்பனவற்றைப் பற்றி எப்போதுமே நினைக்காத கணவனிடமா பேசுவது?

மாமியாரிடம் பேசலாம். ஆனால் மூன்றாவது உலக யுத்தத்தின் வீச்சை தனியொருத்தியாய் நின்று எதிர்கொள்ள உண்மையிலேயே விஜிக்குத் திராணியில்லை!

ஏதோ பிறாண்டும் சப்தம்.



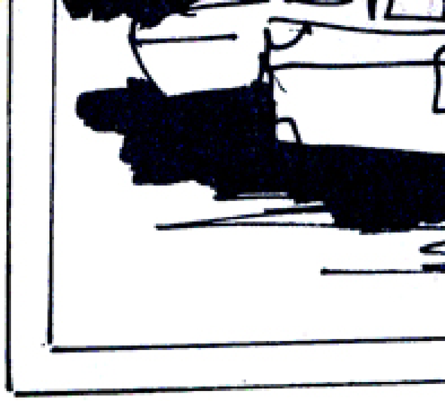
நோ... இது மண்டைக்குள் கவலைகள் பிறாண்டும் சப்தமில்லை.

பரணில் எலிக்கூட்டங்கள் வாக்கிங்போகும் சப்தம். சில சமயம் ஜாகிங்கும் போகும் வேளை கெட்ட வேளைகளில்!

ஒரு முடிவுடன் எழுந்தாள் விஜி.

இன்று பேசியே ஆகவேண்டும்.

"ஆமாம். புது ப்ளாட்டுக்குக் கிரகப்பிரவேசம் பண்ண கையோடு குடிபோயிடு





வோமா?"

"மடத்தனமா கேட்குறியே... இந்த வீட்டு ஓனரிடம் அடுத்த மாசக் கடைசில காலி பண்ணிடறதா உன் முன்னாலதானே சொன்னேன். மறந்துட்டியா?"

"நம்ம பழைய சோபா செட், கட்டில், மேஜைக்கெல்லாம் பாலிஷ்போட்டு எடுத்துண்டு போயிடுவோமா? இல்லே..."

"எதுக்கு பாலிஷ் இந்த ஓட்டை உடைசல்களுக்கு? பேசாம புது பர்னிச்சர் செட்டா வாங்கிப் போட்டுடுவோம். இது ஒரு பெரிய விஷயமா டிஸ்கஸ் பண்ண வந்துட்டியே."

விஜியால் தன் காதுகளையே நம்ப முடியவில்லை.



'அட, இன்று எந்த நரி முகத்தில் விழித்தோம்? பருத்தி புடவையாய் காய்த்து விட்டதே...'

இல்லாவிட்டால் இவ்வளவு சீக்கிரம் விஜியின் 'புது ப்ளாட்டில் அழகழகாய் புது சோபா செட், புது டைனிங் டேபிள், புது கட்டில் என்று வாங்கிப் போட்டு அழகு படுத்த வேண்டும்' என்ற ஆசை– அவன் வாய்விட்டுச் சொல்லாமலேயே நிறைவேறுமா என்ன?

அடுத்த பிரச்சனையை அணுக புதிதாய்ப் பிறந்த தைரியத்துடன் பேச்சை ஆரம்பித்தாள் விஜி.

''இங்கே பரண் நிறைய பழைய பாத்திரப்பண்டம் கிடக்கே.. அதுகளை என்ன செய்வதாம்?''

"ப்ளாட்டிலும் லாஃப்ட் இருக்கே. அதுல அடுக்கிடு."

''நானும் பார்த்தேனே. நம்ம ப்ளாட் லாஃப்ட் சைஸை... நம்ம பரண்ல இருக்கும் இரண்டு அண்டாவும் குண்டாவும் கூட அதில் பிடிக்காது. இங்கே கிட்டத்தட்ட ரெண்டு வாரி லோடு பாத்திரங்களும் ஓட்டை உடைசல்களும் இருக்கே. இந்தப் பரணே நம்ம ப்ளாட்ல பாதியிருக்கு. நம்ம ரெண்டு பெட் ரூம் ப்ளாட்டில் இதுகளை எப்படி வைக்க?''

''எதுக்காக இப்படி பழங்குப்பைகளை சேகரிக்கறே?''

"நான் சேர்த்து வைக்கலை. அதெல்லாம் உங்கம்மா சேர்த்த பவுன் மூட்டைகள்! உங்க பாட்டி, கொள்ளுப்பாட்டி காலத்துச் சாமான்கள். அதுகளோட தரத்தைப் பத்தி நான் பேசினா அடுத்த நிமிஷமே உங்கம்மா என்னை பஸ்பமாக்கிடுவார் தெரியுமா. தைரியமிருந்தால் நீங்க அதற்கு ஒரு வழி பண்ணுங்களேன்."

''ம்ம்ம்...'' ஷேவ் பண்ணப் படாத முகவாயைச் சொறிந்தான் சுந்தர்.

"அப்படி என்னதான் இருக்கு அட்டத்இல?"

"ஒரு தடவை ஏறிப் பார்த்தேன். தலை சுத்திப் பைத்தியமே பிடிச்சுடும் போல இருந்தது. அட மறந்துட்டேனே... உங்க ப்ளூ கலர் 'பார்க் அவென்யூ' ஷர்ட்டை வடிவு அபேஸ் பண்ணிக்கலை. பரண்ல குடியிருக்கிற எலிகள் தான் ஆசையா எடுத்துண்டு போயிருக்கு. நன்றாய் போட்டு அனுபவித்துவிட்டு நேற்றுதான் கீழே போட்டது. துண்டு துண்டாய்."

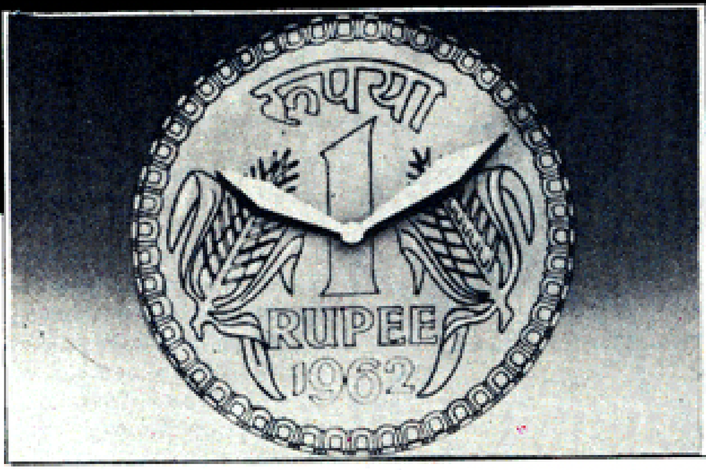
இந்த டானிக் போதுமாய் இருந்தது சுந்தருக்கு!

"அந்த டேபிளை இழுத்துப் போடு. ஏறிப் பாக்கிறேன்" என்று போருக்குப் போகும் வீரனைப் போல எழுந்தான்...

"சீக்கிரம் ஏறிப் பாருங்க. உங்கம்மா வர்ற நேரமாச்சு." நன்றாக ஏற்றிவிட்டான் விஜி.

"ஐயோ... யாராவது புதைபொருள் ஆராய்ச்சிக்காரங்க தான் வரணும் போல இருக்கே இதை நோண்ட. நாளைக்கு சண்டே தானே. துப்புறவாய் கீழே இறக்கிவிட்டு நல்லது, கெட்

எந்நேரமும் பணம்
ஈட்டட்டும் உங்கள் பணம்



வாழ்க்கை வளம்பெற, கனவுகள் நனவாக சேமிப்பே சிறந்த வழி. நம்பகமான நிறுவனத்தில் சேமிப்பதுதானே விவேகம்.

- ஹையர் பர்சேஸ், லீசிங்
- மெர்ச்சண்ட் பேங்கிங்
- பில் டிஸ்கவுண்டிங்

நேர்மை, திறமை, வலிமை,
பாரம்பரியம் – தண்டபாணி.
தொண்ணூறு கோடிக்கு
மேல் மதிப்புள்ள,
பலதொழில் சாதனையாளர்களிடம்
எப்போதும் உங்கள் பணம் பத்திரம்.
சேமிப்போடு மற்றும் பல சேவைகள்.
தண்டபாணி – உங்களுக்கென்றே
தனியொரு நிதி இலாகா.

மிகவும் பாதுகாப்பானது என்பதற்கான CRISIL FA + அத்தாட்சி பெற்றது

ஃபிக்சட் மற்றும் குமுலேடிவ் டெபாசிட் செய்வதற்கான விண்ணப்பம் மற்றும் விவரங்களுக்கு எமது அலுவலகம் அல்லது பிரபல டெபாசிட் புரோக்கர்களை அணுகவும்.

Dhandapani
Finance and Investments Ltd.

பதிவு அலுவலகம் : 141 லிங்கி செட்டி தெரு, சென்னை - 600 001.
நிர்வாக அலுவலகம் : 645, மவுண்ட் ரோடு, சென்னை - 600 006.
ஃபோன் : 8268285, 8259264, 8241304.

தண்டபாணி உங்கள் நல்வாழ்விற்கு உறுதுணை

● **சென்னை கிளைகள்:** மவுண்ட் ரோடு: 645, அண்ணா சாலை, பின்-600 006. ஃபோன்: 8268285, 8259264, 8241304. ● மேற்கு மாம்பலம்: 22, ஆரியகௌடர் ரோடு, முதல்மாடி, பின்-600033. ஃபோன்: 427795. ● தி.நகர்: 35, திருமலைப்பிள்ளை சாலை, முதல் தளம், பின்-600 017. ஃபோன்: 8263343, 8265335. ● **தமிழ்நாடு:** **கோயம்புத்தூர்:** 391, பாரதியார் தெரு, நியூ சித்தாபுதூர், பின்-641044 ஃபோன்: 435414, 435663. ● **திருச்சி:** பி-13, பேஸ்மெண்ட், சித்ரா காம்ப்ளெக்ஸ், சிந்தாமணி, பின்-620002. ஃபோன்: 469945 ● **மதுரை:** 7, மேற்கு மாடவீதி, இரண்டாவது மாடி, பின்-625001. ஃபோன்: 37977 ● **சேலம்:** 102, லைட் ஹவுஸ் காம்ப்ளெக்ஸ், என்.எஃப்.ஜி.எஸ். ஸ்கூல் எதிரில், ஃபேர்லேண்ட்ஸ் ரோடு, பின்-636009. ஃபோன்: P.P. 50164 ● **ஆந்திரா:** **செகந்திராபாத்:** 1-2-272 & 273, மினர்வா காம்ப்ளெக்ஸ் எதிரில், சரோஜினி தேவி சாலை, பின்-500003. ஃபோன்: 844134. ● **கடப்பா:** 7/153-3பி, என்.ஜி.ஓ. காலனி, பின்-516002. ஃபோன்: 11196 ● **கர்னாடகா:** **பெங்களூர்:** 26/6, என்.ஆர். ரோடு க்ராஸ், பின்-560 002. ஃபோன்: 2239677 ● **கேரளா:** **கொச்சின்:** 41/606, சித்தூர் ரோடு, எர்ணாகுளம், பின்-682035 ஃபோன்: 369137

* In continuation of our statutory ad appeared in News Today and Dinamani on 6-7-95

EFFICIENT/DFI/104/95

டதை 'சார்ட்' பண்ணிடுவோம்."

இரவில் விஜி கலர் கலராய் கனவுகண்டாள். பாதிக்கிணறு தாண்டி நின்றதற்கே குதூகலித்துத் தூக்கத்திலேயே புன் சிரிப்பை உதிர்த்தாள்.

"என்ன அத்திம்பேர், ஸ்கூட்டர் துடைக்கப் போறீங்களா, ஒட்டடை அடிக்கப் போறீங்களா? லுங்கி, முண்டாசெல்லாம் அமர்க்களமாய் இருக்கே" என்று குசலம் விசாரித்தபடி வந்த விஜியின் தம்பி சீனுவை,

"வா, பரண்ல ஏறு. கொஞ்சம் ஹெல்ப் பண்ணுடா" என்றபடி பரணில் ஏற்றி விட்டான் சுந்தர்.

"ஹைய்யோ... உலகத்திலிருக்கும் அத்தனை ஒட்டடை உடைசலையும் உங்க பரண்ல அடைச்சு வைச்சிருக்கியேக்கா..."

"பேசாதே... மாமி கோவிலிருந்து வர்றதுக்குள்ளே எல்லாத்தையும் இறக்கிக் கொடு. உங்கத்திம்பேர் வாங்கி கீழே அடுக்குவார். இதை வாங்கிக்கோ... இது மருந்து. பாம்பு, தேள், பூரான் ஏதாவது கடிச்சா மொத்தமா கடிவாயில் கொட்டிக்கோ. இப்ப வேலையை ஆரம்பி..."

ஜஸ்ட் ஆறு நசுங்கிய பித்தளைக் குடங்கள், மூன்று தவலைகள், பதினேழு விரிசல் விழுந்த கற்சட்டிகள், இரண்டு மூன்று கால் நாற்காலிகள், நாலு இரண்டு கால் முக்காலிகள் மட்டுமே கீழே இறங்கியபோது வாசலில் நிழலாடியது.

விசாலம் தான்.

"என்னடீ விஜி வேணும்? எதுக்கு நான் அடுக்கி வைச்சதை கலைக்கறே... யாரு சீனுவா... ஏண்டா சுந்து சம்பந்தியாத்துப் பிள்ளையை வேலை வாங்கறே? எங்கிட்டே சொல்லு என்ன வேணும்னு, நான் குறிப்பா இடத்தை சொல்லறேன். சுந்து, ஹால்லபோய் உட்கார்ந்து பேப்பர் படிடா, உனக்கு டஸ்ட் அலர்ஜி... தும்மல் வரும். இறங்குடா சீனு வா டிபன் சாப்பிடு," என்று பலவாறு சுந்து அண்டு கோவை அந்த இடத்திலிருந்து அப்புறம்படுத்தப் பார்த்தாள்.

எப்போதுமே விசாலம் யாரையுமே பரணில் தான் சேகரித்து வைத்திருக்கும் பொக்கிஷங்களை நேரடியாகப் பார்க்க அனுமதித்ததில்லை. அதிலும் முக்கியமாக சுந்தர் கண்ணில் இவ்வளவு நாட்களாக இவை பட்டதே இல்லை. என்ன சொல்லியும் சுந்தர் 'கருமமே கண்ணாய்' செயல்பட்டு மூன்று மணி நேரத்தில் பரணைக் காலி செய்து அங்கே பல்லாண்டுகளாக நிம்மதியாகக் குடியிருந்த அறுபத்திரண்டு எலிகளையும், நூற்றுக் கணக்கான கரப்பான், பல்லி, பாச்சை வகையறாக்களையும் 'என்ன நடக்கிறது இந்த வீட்டில்' என்று திகைப்புற வைத்து இங்கும் அங்கும் அலைய விட்டான்!

"அம்மாடியோவ்! என்னம்மா இதெல்லாம் பிய்ந்த ஓலைக் கூடைகள், பிரம்புப் பெட்டிகள், ஒரு டஜன் துரு ஏறிய டிரங்க் பெட்டிகள், எக்கச்சக்க தோசைக்கல்கள், டிசைன் டிசைனாய் பித்தளை தாம்பாளங்கள், தண்டு உடைந்த குத்து விளக்குகள், மூக்கு உடைஞ்ச கெட்டில்கள், உளுத்துப்போன தொட்டில், ஒண்ணுக்கும் உதவாத பானைகள், துரு ஏறின ஊஞ்சல் சங்கிலி, ஓட்டை கிராமபோன் பெட்டி, உடைந்து போன ப்ளேட்கள், மரக்குதிர், வெங்கல உருளி, ஜாடியில்லாத மூடிகள், மூடியில்லாத ஜாடிகள், பிடியில்லாத பித்தளை தூக்குகள், நசுங்கி நண்டல் விண்டலான தாமிரக்குடம், ஆனை ஒளிந்து கொள்ளக்கூடிய சைஸ் அண்டா, பிய்ந்து போன 'வெல்கம்' எழுதிய குரோஷா கர்ட்டன், இது தவிர அடையாளம் தெரிஞ்சுக்க முடியாத ஆயிரத்தெட்டு ஓட்டை உடைசல் லொட்டு, லொசுக்குகள்...

''ஏம்மா கின்னஸ் ரிக்கார்டு ஏதாவது பழைய சாமான் சேகரிப்பதில் ஏற்படுத்த ட்ரை பண்ணிண்டு இருந்தீர்களா? ஒண்ணு கூட உருப்படியா தேறாது போலிருக்கே... பேசாம மொத்தமா எவனையாவது தூக்கிண்டு போகச் சொல்லி ஏற்பாடு செய். அப்புறம் அவன் கிட்டே காசு, கீசுன்னு பேரம் பேசாதே. முடிஞ்சா பத்து, நூறு கைல குடுத்து இதை கொண்டு போகச் சொல்லு. இந்தக் குப்பை, சத்தைகளுக்கெல்லாம் நம்ம ப்ளாட்டில் இடம் கிடையாது."

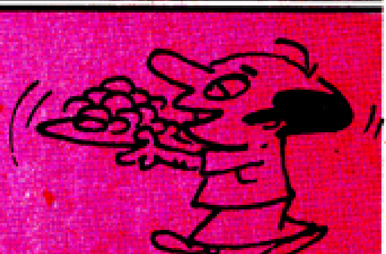
ரௌத்திரமானாள் விசாலம்.

"அறிவில்லாம பேசாதேடா. ஒரு நாள் கிழமைன்னா எல்லாமே வேண்டியிருக்கும். இதெல்லாம் நம்ம வீட்டுல மூணு தலைமுறையா இருக்கும் சாமான்கள்."

''ரெண்டு தலைமுறையா யாருமே 'யூஸ்' பண்ணியிருக்க முடியாதே. ப்ராக்டிகலாப்

பருப்பு உருண்டைக்கு அரைத்த விழுதுடன் இரண்டு முட்டைகளை உடைத்துக் கலந்து சிறுசிறு உருண்டைகளாக, எண்ணெயில் போட்டுப் பொரித்துக் குழம்பில் போடுங்கள்! பிறகு வெறும் பருப்புருண்டை குழம்பே செய்யமாட்டீர்கள்.

— பானுராம்





சேமியா கொண்டு உப்புமாவோ, கேசரியோ செய்தால் அதற்கு எந்த அளவில் தண்ணீர் ஊற்றுவது என்று தெரியவில்லையா? கவலையை விடுங்கள். சேமியாவை லேசாக நொறுக்கிக் கொண்டு அதை எந்த கப் கொண்டு அளக்கிறோமோ, அதே கப் நிறைய தண்ணீர் ஊற்றிச் செய்யுங்கள். பிரமாதமாக வரும்.

— அஞ்சலி

பேசும்மா. இந்தத் தொட்டிலை எப்போ கடைசியா உபயோகப்படுத்தினே?"

"இது ஒரிஜினல் தேக்குத் தொட்டில்டா. எங்க பாட்டிக்குச் சீதனமா வந்தது. உன் தங்கை சியாமளிக்குக் கூட இதில்தான் தொட்டில் போட்டோம். ஆகிவந்த தொட்டில்."

"இப்ப சியாமளிக்கு இருபத்தியேழு வயசு. இருபத்தியேழு வருஷங்களா உபயோகப்படாத பொருளை வீட்டில் அவசியம் வச்சிண்டே ஆகணுமா என்ன? இந்தக் காப்பிஃபில்டர் மூணு கிலோ பொடி பிடிக்கும் போலிருக்கே... இதை யூஸ் பண்ணினா நா கோவிந்தாதான்."

"கல்யாணம் கார்த்திகைன்னா வேணு மேடா."

"என்னம்மா பேசறே... சத்திரத்துல கல்யாணம் பண்ணறோம். அவங்களே 'செட்'டா பாத்திரங்கள் வாடகைக்குத் தர்றாங்க. இதுகளுக்குக் கலாய் பூச ஆகும் செலவில் இன்னொரு கல்யாணமே பண்ணிடலாம். இன்னிக்கு நாம உபயோகப்படுத்துறது எவர்சில்வரும், பீங்கான் கண்ணாடிப் பாத்திரங்களும்தான், எந்த விதத்திலும் இந்தப் பித்தளை, வெங்கலப் பாத்திரங்கள் நமக்குப் பயன்படுவதில்லை. புரிஞ்சுக்க..."

"இதா பாருடா... இதெல்லாம் என் கல்யாணத்துக்குச் சீதனமா வந்தது. இதுகளைப் பத்தி மட்டமா பேசினே நா பொல்லாதவளா யிடுவேன். உனக்கு என்ன தெரியும் இதோட அருமை... யானை கனம் இருக்கு ஒவ்வொண்ணும். நீங்களும் வாங்கி வச்சிருக்கேளே... தங்கை மாதிரி ஒவ்வொண்ணையும். டேய் சீனு... எல்லா சாமானையும் திருப்பி ஏத்துடா பரண் மேலே..."

"நோ. ஒரு பொருள் ஏறப் போறதில்லை. இப்படியே இந்த ஓட்டைகள் பென்ஷன் வாங்கிண்டு வெளியே போய் ஆகணும் எண்ணி மூணே நாட்கள்லே. சொல்லிட்டேன்."

கோபமாக வெளி நடப்புச் செய்தான் சுந்தர்.

உண்மையிலேயே சுந்து இவ்வளவு கோபமாகப் பேசி விஜி பார்த்ததேயில்லை.

விசாலம் தனிக் கச்சேரி ஆரம்பித்தாள்.

"அதிர்ந்து பேசத் தெரியாத குழந்தை என்ன பேச்சு பேசிட்டான். அவனா பேசினான்? பேச வச்சிருக்கா... எனக்கா தெரியாது? என் தப்பு... எங்கண்ணா தலைதலையா அடிச்சிண்டான், 'என் பொண் அம்புஜுவை நாட்டுப் பெண்ணாக்கிக்கோ'ன்னு... அன்னிக்கு கேட்கலை... இப்ப அனுபவிக்கிறேன்."

புலம்பல் சப்தம் கேட்டோ என்னவோ மங்களம் எட்டிப் பார்த்தாள்.

"என்ன பண்ணிண்டிருக்கேடீ விசாலம். எதுக்கு சுந்து கோபமா வெளியே போறான். சீனு எப்ப வந்தான்?"

தோழியிடம் ஒரு மணிநேரம் தான் 'வளர்த்தகடா' வைப் பற்றிப் புலம்பித் தீர்த்துவிட்டு இந்த நிகழ்ச்சியின் சூத்ரதாரி யார் என்பதை பலவித ஜாடை மாடை பேச்சுக்களில் தெரிவித்தாள்.

"அத்தனையும் வெளியே போயாகணுமாம். தூக்கி எறிங்கறான். இன்னிக்குப் பழைய சாமான் குப்பையாத் தெரியும். நாளைக்குப் பழைய மனுஷா குப்பையாகத் தெரிவார்கள். என்னையும் அப்போ தூக்கி எறிஞ்சுடுவா. பேசாம இன்னிக்கே ஏதாவது ஒரு ஓல்டு ஹோமுக்குப் போயிடறேண்டீ மங்களம். நீ அடிக்கடி வந்து பார்...."

மூக்கை பலமாக உறிஞ்சினாள்.

"மனசொடிஞ்சு பேசாதே. உனக்கு நிச்சயமா வேண்டாம்னா சொல்லு, நான் வேணா இதை எடுத்துக்கறேன்."

"தாராளமா... டேய் சீனு... மாமிக்கு வேண்டிய சாமான்களை அவா வீட்ல கொண்டு போய் குடுடா... என் கண்ணு. தங்கமான பிள்ளை...."

அரைமணியில் கவற்றிலடித்த பந்தாகத் திரும்பினர் மங்களமும், சீனுவும், பரண் பொக்கிஷங்களும்!

"யாருக்குப் புரியது பழையதோட அருமை... என் நாட்டுப் பெண் சொல்றா "மைக்ரோவேவ்' அடுப்புல சமைக்கிற காலத்துல குழுட்டியும் கற்சட்டியும் எதுக்கு, 'காப்பர் பாட்டம்' காலத்துல இரும்பு வாணலி எதுக்குன்னு, இருக்கும் குப்பையே போதும் இன்னும் கொண்டுவந்தா நான் எங்கம்மா வீட்டுக்குப் போயிடுவேன்னு பூச்சி காட்டுறா... நமக்கு அதிர்ஷ்டமே இல்லைடீ விசாலம்," என்றபடி பொருட்களை ரிடர்ன் செய்தாள்.

"கண்டவாளுக்குப் புரியாது என் சாமான்களோட அருமை. என் பொண்ணுக்குத்தான் புரியும்."

எஸ்.டி.டீ.யில் மகளை அழைத்தாள் விசாலம்.



உங்களைப் போன்ற, இன்றைய நவீன உலகத்தின் நவநாகரிகப் பெண்களுக்கென்றே வந்துள்ளது லக்மே அல்ட்ராஷியர். முக மேக்-அப்பில் இதுவரை கண்டிராத புதுமை.

மற்ற லிக்விட் மேக்- அப்களிலிருந்து தனித்து விளங்கும் அல்ட்ராஷியர், அறவே பிசுபிசுப்பற்றது. எனவே இது பளபளப்பாகவோ, திட்டு திட்டாகவோ தோன்றாமல், உங்கள் முகத்திற்கு ஒரே சீரான, இயல்பான பொலிவைத் தருகிறது. உங்கள் இயற்கையான அழகை மேலும் மிளிரச் செய்து, பார்ப்பவர்களுக்கு பிரமிப்பூட்டுகிறது, பார்வைக்குத் தெரியாத இந்த மேக்-அப்.

இதன் விசேஷ ஃபார்முலா சருமத்தின் நுண்துளைகளை அடைப்பதில்லை. உங்கள் முகமும் கசகசப்போ அல்லது எவ்வித இறுக்கமோ இன்றி நாள்முழுதும் புத்துணர்வுடன் விளங்குகிறது. அல்ட்ராஷியர் உங்கள் முகத்தழகை பாதுகாக்கவும் செய்கிறது. இதில் உள்ள டி-பன்தேனால் என்ற விசேஷப் பொருள், உங்கள் முகச் சருமத்திற்கு புதுச் செழுமையை அளிக்கிறது. இதிலுள்ள மாய்ஸ்ச்சரைஸர் உங்கள் முகத்தை மென்மையாகவும், மிருதுவாகவும் திகழச் செய்கிறது.

உங்கள் முக நிறத்திற்கு பொருத்தமுள்ள ஆறு வெவ்வேறு சாயல்களில் அல்ட்ராஷியர் கிடைக்கிறது. நீங்கள் வாங்கும்போது, அல்ட்ரா கலர் காஸ்மெடிக்ஸ் ஷேட் கார்டைக் கேட்டு வாங்கவும். உங்களுக்கு உகந்த சாயலைத் தேர்ந்தெடுக்க இது உதவும்.

சற்றே அல்ட்ராஷியர் தடவிப் பாருங்கள். பார்ப்பவர் பிரமிப்படைவதை.



LAKMĒ

ULTRASHEER

NATURAL MAKE-UP

மனம் உணர்ந்திடும் மாற்றத்தை.

அபிராமி HIGH இன்வெஸ்ட்மெண்ட்ஸ்

தங்க முதலீட்டுத் திட்டம்

100% அசையா சொத்து உத்திரவாதம்

முதலீடு ரூ. 10,000/-

காலம்	வட்டி	ஊக்கப்பரிசு	திட்டமுடிவில்	10 சென்ட்/ 4365ச.அடி நிலம்
12 மாதங்கள்	24% P.A.	1 கிராம் தங்க காசு	3% போனஸ்	

முதலீடு ரூ. 10,000/-

இன்ஸ்டண்ட் முதலீட்டுத்திட்டம்

100% அசையா சொத்து உத்திரவாதம்

காலம்	வட்டி	ஊக்கப்பரிசு	திட்டமுடிவில்	10 சென்ட்/ 4365ச.அடி நிலம்
12 மாதங்கள்	ரூ. 2,400/-	2%	3% போனஸ்	

சூப்பர் டெபாசிட் திட்டம்

காலம்	வட்டி	ஊக்கப்பரிசு	போனஸ்
60 மாதங்கள்	24% P.A. Bi-Montly	2400 Sq.ft. Plot (or) 15%	பதிவு செலவு

✿ மாத வட்டி தொகையை முன்தேதியிட்ட காசோலை மூலம் வழங்கப்படும்

அஷ்ட லெட்சுமி டெபாசிட் திட்டம்

ரூ. 3,000/- செலுத்தி = ரூ. 1,08,000/- பெறுவீர் 15 வருடங்களில்

அபிராமி HIGH இன்வெஸ்ட்மெண்ட்ஸ்

பதிவு அலுவலகம்: சித்ரா காம்ப்ளக்ஸ், சத்திரம் பஸ்ஸ்டாண்ட், திருச்சி - 2. ✆ 31467

கிளைகள் : ● 49/21, முருகன் காம்ப்ளக்ஸ், பிருந்தாவன் தெரு, மேற்கு மாம்பலம், சென்னை–33. ✆ 4840258 ● Y-219, IInd அவென்யூ, பேஸ்மெண்ட் யமஹா ஷோரூம், அண்ணா நகர், சென்னை – 40. ✆ 6214407 ● 55/B, சின்னையா காம்ப்ளக்ஸ், ஐந்து ரோடு, கௌரி தியேட்டர் அருகில், சேலம் – 4. ✆ 445037. ● 307, மூன்றாவது தளம், ராஜராஜேஸ்வரி டவர், டாக்டர் நஞ்சப்பா ரோடு, கோயம்புத்தூர்–18. ✆ 233299 ● 545, அருணா காம்ப்ளக்ஸ், இரண்டாவது தளம், கவின் மருத்துவமனை எதிரில், பெருந்துறை ரோடு, ஈரோடு–11. ✆ 220781. ● ரெஸிடென்ஸியல் மேனேஜர்: திரு K.R. ராமமூர்த்தி, 34 லைன் தெரு, நாமக்கல் – 1. ✆ 22310

"அப்படியாம்மா... சரி ஒரு நிமிஷம் மன்னியை பேசச் சொல்" என்ற சியாமளி, "ஹலோ மன்னி.... வேஸ்ட்டா டெம்ப்போ சார்ஜ் செலவழித்து அதையெல்லாம் இங்கே அனுப்பாதே. பேசாம விலைக்குப் போட்டுட்டு வந்த பணத்தை டீ.டீ.யாக எடுத்து அனுப்பிடு. வாஷிங் மிஷின் வாங்க ஆகும்."

விசாலம் காலடியில் பூமி நழுவுவது போல உணர்ந்தாள்.

"நீயுமாடி, சியாமளி.." ஜுலியஸ் சீசர் பாணியில் கல்கத்தா இருந்த திசையை நோக்கி விசாலம் கேட்டாள்!

'சும்மாக்கிடந்த சங்கை ஊதிக்கெடுத்து விட்டேனோ?' என்று விஜியின் மனம் லேசாக அடித்துக் கொண்டது.

"இப்ப என்கிட்டே மட்டுமில்லே... உங்ககிட்டேயும், சியாமளிகிட்டேயும் கூட அம்மாவுக்குக் கோபம். பார்த்தா பாவமா இருக்கு."

உண்மையிலேயே விஜி மாமியாருக்காக வருந்தினாள்.

பின்னே...

இரண்டு நாட்களாக ஜுரம் வந்தவளைப் போல், சோறு தண்ணியின்றி, கண்கள் பஞ்சடைய, கைகால்கள் தொய்ந்துபோக எங்கோ சூன்யத்தை வெறித்தபடி வாழ்வே வெறுத்துப் போய் அல்லவா உட்கார்ந்திருக்கிறாள் விசாலம். அவ்வப்போது தனக்குத்தானே அனத்தியபடி....

"யாருக்குப் புரியும் இந்த ஹம்ச விளக்கோட அருமை. எங்க பாட்டி வண்டி கட்டிண்டு டவுனுக்குப் போய் தாத்தாவுக்குத் தெரியாம எனக்காக வாங்கிண்டு வந்த விளக்கு..."

"அடிமாட்டு விலைக்கு அநியாயமா கேட்கிறானே... அருமை தெரிஞ்சவாளுக்கு ஃப்ரீயாவே குடுக்கலாம். உடைச்சு உருக்கப் போறவனுக்கு எப்படித் தர முடியும்."

"எங்க அத்தை காடா விளக்கு வெளிச்சத்தில் ராவெல்லாம் உட்கார்ந்து போட்ட குரோஷா கார்ட்டன். சேஷிப் பெரியம்மா போட்ட பூத்தையல் எத்தனை அழகா இருக்கு... ஹூம்."

"எத்தனை வருஷமா சேர்த்து வச்சது. எல்லாத்தையும் எறிஞ்சுடணுமா.. கார்ப்பரேஷன் லாரிக்காரனா தூக்கிண்டு போகப் போறான், என் சொத்தையெல்லாம்."

இப்படியே விசாலம் சதாசர்வ காலமும் புலம்பித் தீர்த்தாள்.

டெலிபோன் பிடிவாதக்கார குழந்தையாய் அலறியது.

"ஹலோ! விஜி ஸ்பீக்கிங்...அட... அப்படியா... கட்டாயம் வரோம்... நிச்சயமா... சீக்கிரமா வரோம். பை, பை."

"யாருடீ போன்ல..."

நம்ம விமலாதாம்மா... அவ குழந்தைக்கு இன்னிக்கு பர்த்டேயாம். ஹோட்டல் சமுத்ராவில் நடத்துறாளாம். சாயங்காலம் கட்டாயம் நம்மளை வரச் சொன்னா."

"நீயே போயிட்டு வா. நான் எதற்கு? யாருக்கு வேண்டிக்கிடக்கு இந்தக் கிழவியை?"

"என்னம்மா இப்படிச் சொல்லிட்டீங்க? கட்டாயம் உங்களை கூட்டிக் கொண்டு வரச் சொல்லியிருக்கா, விமலா. நீங்க வராட்டா நானும் போகமாட்டேன்."

"சரி, சரி, வர்ரேன். அங்கே வந்து கண்ட மசாலா சமாச்சாரமெல்லாம் சாப்பிட மாட்டேன். சரியா..."

ஹோட்டல் சமுத்ரா.

அந்த ஐந்து நட்சத்திர ஹோட்டலின் ரிசப்ஷனில் போடப்பட்டிருந்த ஆறு அங்குல கனமுள்ள கார்ப்பெட்டில் கால் புதைய ஜாக்கிரதையாக நடந்தாள் விசாலம்.

திடீரென்று அவள் கண்கள் விரிந்தன.

"அடி விஜி... பாரேன் அங்கே... ஃபைவ் ஸ்டார் ஹோட்டல்ல பழைய பாத்திரமெல்லாம் விற்கிற கடை...."

"ஐயோ... அது ஆண்டீக் ஷாப். புராதனக் கலைப் பொருட்கள் விற்கிற கடை. அங்கே எல்லாம் பயங்கர விலையாக இருக்கும்."

"வாயேன். கண்ணாலேதான் பார்ப்போமே..."

விசாலம் பரபரத்தாள்.

அடடா... பழைய உருளி, பாக்குவெட்டி, பழைய கோல் விளக்கு, அட! சாலிக்கிராமப் பெட்டி, நம்ம வீட்ல இருக்கிற மாதிரியே ஆலிலை கிருஷ்ணர் படம், குடம், பூத்தாம்பாளம்..."

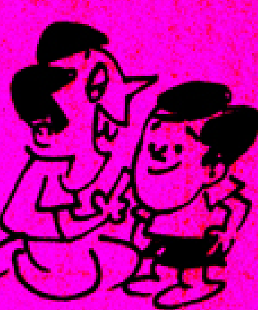
அன்னமென்று மிதந்து வந்த விற்பனைப் பெண் கேட்டாள்.

"யெஸ், மே ஐ ஹெல்ப் யூ?"

"திஸ் உருளி, வாட் ப்ரைஸ்?" விசாலம்

நம் குழந்தைகள் தாழ்வு மனப்பான்மை இல்லாமல் சிறந்தவர்களாக, முதன்மையாக விளங்க வேண்டும் என்று எண்ணும் பெற்றோர்கள், முதலில் அவர்களை அக்கம் பக்கம் மற்றும் நண்பர்கள், உறவினர்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பேசுவதை அடியோடு நிறுத்த வேண்டும்.

— ஜெயா



தான்!

"14000 ரூபாய்தான், யூ நோ. இது நூறு வருஷத்திய புராதனப் பொருள்."

"இந்தக் குடம், நசுங்கியிருக்கே..."

"அதனாலேயே அதற்கு விலை அதிகம். உங்களுக்காக அதை பத்து பர்செண்ட் தள்ளு படியில் தரேன். ஜஸ்ட் ஏழாயிரம்."

"இந்த மரத்தொட்டில்?"

"இது ஒரிஜனல் தேக்கு... வெறும் பத்தே ஆயிரங்கள்."

"ஹப்பா..."

"அந்தத் தொட்டிலை விலைபேசாதே. அதற்கு அட்வான்ஸ் வாங்கி விட்டேன்" ஓடி வந்தார் கடை மேனேஜர்.

விசாலமும் விஜியும் ஒருவரை ஒருவர் அர்த்த புஷ்டியுடன் பார்த்துக் கொண்டனர். அவர்கள் முகத்தில் கோடி சூர்யப் பிரகாசம்!

போன மாதம் செய்தித்தாளில் ஒரு செய்தி-படத்துடன்!

"மாமியாரும் மருமகளும் நடத்திய கண்காட்சி!"

சென்னையில் ஸ்ரீவத்சா ஹாலில் நேற்று திருமதி விசாலமும் அவர் மருமகள் திருமதி விஜியும் நடத்திய புராதனக் கலைப் பொருட்களின் விற்பனைக் கண்காட்சியை கிட்டத்தட்ட இரண்டாயிரம் பேர் பார்வையிட்டனர். பிரபல சினிமா நட்சத்திரங்கள், இன்டீரியர் டெக்கோரேட்டர்கள், வெளி நாட்டினர் மற்றும் பல விஐபிக்கள் போட்டி போட்டுக் கொண்டு அந்தக் காலப் பொருட்களை வாங்கிச் சென்றனர்.

திருமதி விசாலம் கூறுகிறார் "நம் ஜனங்களுக்குப் பழமையின் அருமை நன்றாகத் தெரிந்திருக்கிறது. அதுவே இந்தக் கண்காட்சியின் வெற்றியின் ரகசியம், இந்தக் கண்காட்சி என் மருமகளின் மூளைக் குழந்தை (ப்ரெயின் சைல்ட்) என்று."

இன்று...

புது ப்ளாட் புதுக்போம் சோபா, பெரிய ஸ்க்ரீன் கலர் டீவி, ஏசி, 4-டோர் ப்ரிஜ் என்று நிரம்பியிருக்க அதே கட்டிடத்தில் இன்னொரு ப்ளாட்டை வாடகைக்கு எடுத்து அதில் பழைய பொக்கிஷங்களை நிரப்பியிருக்கிறார்கள் விசாலமும் விஜியும். தன் வீட்டுப் பரண் பொக்கிஷங்களெல்லாம் முதல் 'சேல்'லிலேயே பறந்து விட்டதால் இன்று யார் வீட்டில் பரணைக் காலி செய்யும் செய்தி விழுந்தாலும் அங்கே பறந்தோடி 'ஹைதர் காலத்து'க் குப்பைகளை அற்ப விலைக்கு வாங்கி வந்து இந்த வாடகை ப்ளாட்டில் வைத்து பத்திரப் படுத்துகிறார்கள்.

அடுத்த கண்காட்சி பெங்களூரில். அதற்கடுத்து டில்லி, கல்கத்தா, பம்பாய், கோவா என்று முற்றுகை இடப்போகிறார்கள் இந்த 'விசாலம் விஜி ஆண்டீக்ஸ்' குழுவினர்!

உங்கள் மகன் வளர்ந்து கொண்டே இருக்கிறான்!

முன்பு மாதிரி பத்து பிள்ளைகள் பெற்றோம், வளர்த்தோம் என்றில்லாமல், பெறும் ஒன்றிரண்டையும் எவ்வளவோ ஜாக்கிரதையாக வளர்க்க வேண்டியதாக இருக்கிறது. மன, உடல்ரீதியாக குறிப்பாக ஆண் குழந்தைகள் வளரும் சூழ்நிலை இன்றைய நிலையில் பயங்கரமாகத்தான் இருக்கிறது. எய்ட்ஸ், போதை என எத்தனை இல்லை. போதாதற்கு எத்தனையோ 'கவர்ச்சி' அம்சங்கள். ஆண் குழந்தை வளர்ப்புப் பற்றி மனோவல்லுநர்கள் என்ன சொல்கிறார்கள்?

"முன்பு மாதிரி இல்லாமல் இப்போது குழந்தைகள் சுயமாக சிந்தித்து செயல்படும்படி சுதந்திரம் தருவது மிகவும் அவசியம். நம் ஆசை, அபிலாஷைகளை அவர்கள் மீது திணிப்பது சரியில்லை. வளர்ந்து வாலிபப் பருவத்திலிருக்கும் மகனிடம் பெண்கள் பற்றிய வீண் பயத்தைப் போக்கி, பாலுணர்வு பயங்களை நீக்கி, மனம் விட்டுப் பேசத் தந்தையால் நிச்சயம் முடியும். Friend, philosopher and guide ஒரு மகனுக்குத் தந்தை தான். இளம் வயது முதல் ஆண் குழந்தைகளுக்கும் வீட்டு வேலைகள், சுத்தம் செய்தல், வங்கி, கடைகளுக்கு அனுப்புதல், விருந்தினரை . உபசரிக்கக் கற்றுக் கொடுத்தல் என பழக்கினால் தான் அவன் வெளியூர் சென்றாலும், மணமானதும் வேலைக்குப் போகும் மனைவிக்கு உதவவும் முடியும். குழந்தைகளையும் வைத்துக் கொண்டு குடும்ப பட்ஜெட் போட்டால் தான் நிதி நிலையும் விளங்கும். சேமிக்கவும் புரியும். அவர்களது பாக்கெட் மணியிலிருந்து சேமித்து ஷு, சைக்கிள் போன்றவைகளை அவர்களே வாங்கும் போது ஏற்படும் மகிழ்ச்சியைக் கற்றுத் தரலாம்.



• காத்ரின் விக்டோரியா

பொதுவாக ஆணை உயர்வுபடுத்தி வைக்கும் நிலைக்கு அடுப்பங்கரையில் தான் அஸ்திவாரம் போடப்படுகிறது. மகளை விட மகனுக்குப் பிடிக்கும் என்று செய்து கொடுப்பது, உணவின் அளவு அதிகம் கொடுப்பது, கேட்டவுடன் செய்து தருவது பலர் வீட்டின் அன்றாட நிகழ்ச்சியாக உள்ளது. அது கண்டிப்பாக மாற வேண்டும். தாய்க்கு அதில் பெரும் பங்கு உள்ளது. படிப்பு தவிர மற்ற கலைகளை, விளையாட்டுக்களை வெளிக்கொண்டு வரவும் அவளால்தான் முடியும். அன்றாட நடவடிக்கைகளிலிருந்து மாறுபட்டு அவனது அறைக்குள்ளோ பாத்ரூமிற்குள்ளோ அதிக நேரம் செலவழிக்கின்றானா? என்பதைப் பெற்றோர்கள் கவனத்தில் கொண்டு, நைச்சியமாகப் பேசி சரிசெய்ய முயல வேண்டும். இந்த மனம் விட்டுப் பேசுதல் திருமணத்துக்குப் பிறகும் உதவும் இல்லையா?" என்கிறார் பதினெட்டு ஆண்டுகளாக கீழ்ப்பாக்கம் மனநலக் காப்பகத்தில் மருத்துவராக இருக்கும் டாக்டர் காத்ரின் விக்டோரியா.



• அசோகன்



• சந்திரலேகா

"பிள்ளைகள் வளர்ந்து திருமணமானதும் இரண்டு பொஸசிவ் குணமுள்ள பெண்களைச் சமானிக்க வேண்டிய கட்டாயத்தில் இருக்கிறான். எப்போது திருமணம் ஆகும்? தன் எண்ணங்களை பரிபூரண சுதந்திரத்துடன் பகிர்ந்து கொள்ள ஒரு துணை கிடைக்கும் என்று காத்திருக்கின்றான் ஆண். Dependent

ஐ-ஷேடோ, லிப்ஸ்டிக் இவைகள் அதிக காலம் உபயோகப்படுத்தாமல் வைத்து, காலம் கடந்து உபயோகித்தால் அதன் பளபளப்பு குறைந்து விடும். அதைத் தூர எறியாமல் குழந்தைகளுக்கு பெயிண்டிங் செய்யக் கொடுக்கலாம்.

- கே. நீலா



ஆக இருந்தவன், வேலைக்குச் சென்று Independent ஆக செயல்படும் சமயம் அது. மனைவி வந்த புதிதில் அவளுடன் நெருக்கமாக இருப்பது சகஜம். தானும் மனைவியாக இருந்தவள்தானே என்று தாய் நினைக்க வேண்டும். தன் வீட்டுச் சூழ்நிலை, மரபுகள், காரியங்களை ஒரு நொடியில் உதறிவிட முடியாது. அதனால் புதுப் பெண்ணிற்குப் பழக்க வழக்கங்களைப் பக்குவமாகத்தான் கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும். மணமானவுடன் தங்கை, தம்பிகளை அழைத்துப் போக வேண்டும், அவர்களது தனிமையைக் குறைக்க வேண்டும் என்றே முயலுகிறாள் தாய். அவன் உங்களை முற்றிலும் மறக்கவில்லை. தனக்குச் சொந்தமான நபரை சந்தோஷப்படுத்தத்தான் இப்படிச் செய்கிறான் என்பதைத் தாய் உணர வேண்டும். இந்த விஷயத்தில் எல்லாம் குடும்பத்தார் நாசூக்காக நடந்து கொள்வது எதிர்கால குடும்ப உறவுகளுக்கு நல்லது.

மணமாகி சில வருடங்கள் ஆனதும் நடுத்தர வயதை ஆண் அடையும் போது பெண் திருமணம், பிள்ளை படிப்பு, நோயுற்ற பெற்றோர் இருப்பர். அலுவலகத்திலும் பிரமோஷன் நேரம். அனைத்தையும் சமாளிக்க, தெம்பு தர, தனக்கு முடியாவிட்டாலும் செக்ஸில் அவனைத் திருப்தி செய்து டானிக் போல் அவனுக்குக் கூட இருந்து செயல்பட வேண்டும். வீட்டு சண்டைகள் அச்சமயம் மனத்தில் வெறுப்பை உண்டாக்கிக் குடிப் பழக்கமோ, கூட வேலை செய்யும் பெண்ணிடம் நாட்டமோ ஏற்பட்டு விட வாய்ப்பு உண்டு. வீண் சந்தேகங்கள் வாழ்வைச் சீரழிக்கும். தும்பை விட்டு வாலைப் பிடித்த கதையாக இருக்காமல் தாய், மனைவி, மகன் மூவரும் வீட்டுச் செலவுகளை, பிரச்னைகளை மனம் விட்டுப் பேசித் தீர்க்கலாம். மனமாற்றத்துக்கு விடுமுறையில் பிக்னிக், டூர் எனச் செல்லுதல் தவறல்ல. மனமாற்றம் தெம்பு தரும்'' என்கிறார் திருவல்லிக் கேணியில் மனநல மருத்துவராக இருக்கும் டாக்டர் சந்திரலேகா.

"கணவன், மனைவி இருவரும் வேலைக்குச் செல்வது, இன்றைய சாட்டிலைட் உலகில் தவிர்க்க முடியாதது. தொலைக்காட்சி மூலம் ஷாப்பிங் செய்ய ஆரம்பித்து விட்டோம். விளம்பரங்கள் அனைத்தும் குழந்தைகளைக் காட்டி, அவர்களைத் தூண்டி வாங்கச் செய்வதாகத்தான் அமைந்துள்ளது. "அக்கம் பக்கத்தவரின் பொறாமை உங்கள் பெருமை"கள் வீடு தேடி வர, அதை வேதவாக்காக்கிச் செயல்பட்டு சேமிப்பதை விட ஆடம்பரமாக செலவழித்து வாழவும் ஆரம்பித்து விட்டனர். விளம்பரத்தில் பார்த்து புரோட்டீன், வைட்டமின் மிகுந்த பானங்களை குழந்தைகளுக்குத் தர ஆரம்பித்துள்ளனர். அதுவே தங்கள் கௌரவம் என்று நினைக்கின்றனர். ஒரு சிறிய பிளாஸ்டிக் ஊதலிலும், கொட்டாங்கச்சியிலும் தன் உலகைக் காண நினைக்கும் குழந்தையின் அளவுக்கு இறங்கி விளையாடுங்கள். communication நிறைய கிடைக்க வேண்டிய பருவம். 'நாமிருவர் நமக்கேன் இருவர்?' என்பது போய்

வாங்குபவனுக்கு நூறு கண்கள் வேண்டும்.
விற்பவனுக்கு ஒரு கண் போதும்.

(டச்சுப் பழமொழி)

– ஆர். பார்த்திபன்

'நாம் இருவர் நமக்கேன் ஒருவர்?' என்ற நிலைக்குத் தள்ளப்படும் காலக் கட்டம் இது. மகனுக்குத் தனி அறை அதில் டி.வி., வீடியோ கேம்ஸ், எண்ணற்ற விளையாட்டுப் பொருட்களை அளித்தாலும் பயனில்லை. அவன் வயதையொத்த மற்ற குழந்தைகளுடன் விளையாட அனுமதியுங்கள்.

குழந்தைகளைக் கண்டிப்புடனா, பாசத்துடனா வளர்க்க வேண்டும் என்ற மில்லியன் டாலர் கேள்வி எங்களிடம் கேட்கப்படுகிறது. இரண்டுமே தவறு என்பதுதான் எங்கள் பதில். விருந்தினர் எதிரில் இரு குழந்தைகளின் நிறத்தை, மதிப்பெண்களை, குணாதிசயங்களை ஒப்பிட்டுச் சொல்லுவது பெரும் தவறு. படிப்பில் எந்த குரூப்பை அவன் விரும்புகிறானோ அதைப் படிக்க வையுங்கள். கண்டிப்பதைத் தனியாக இருக்கும் போதும், பாராட்டுவதைப் பலர் நடுவிலும் செய்து பாருங்களேன்! மாற்றம் தெரியும் நிச்சயமாக. குடும்ப பட்ஜெட்டைக் குழந்தைகள் எதிரில் போட வேண்டாம் என்பேன் நான். வறுமை இளமையில் கொடியது என்ற ஔவையின் வாக்குப்படி அக் கொடுமையை, அதன் தாக்கத்தை அவன் அறிய வேண்டியதில்லை. ஜாலியான பருவம் அது. வாலிப வயது வந்ததும் மெசூரிட்டிக்குத் தகுந்தபடி பட்ஜெட்டை அவனுடன் விவாதிக்கப்படலாமே? கருத்து வேறுபாடுகள், சண்டைகளை குழந்தைகள் எதிரில் பெற்றோர் தவிர்க்கலாம்.

பதிமூன்று வயதில் குரல் உடைந்து, முடி வளர்ந்து மாறுதல் ஏற்படும். அப்போது தான் பெரியவன், தனக்கு எல்லாம் தெரியும் என்ற பாவனையில் Roll Model ஆக தனக்குப் பிடித்த நண்பர், நடிகரது ஸ்டைல் இவைகளை பின்பற்றுவர். அப்போது அதிகாரம் செய்யாமல், தனைகள் போடாமல், தானும் அந்த வயதைக் கடந்து வந்த விதத்தை தந்தை இதமாக எடுத்துரைக்கலாம். குற்றவாளிக்குக் கூட கடைசி சந்தர்ப்பம் தரப்படுகிறதே! சின்னப் பையன் அவன். நம் உதவிதான் தேவை என்று உணர்ந்து அவனது சிறு இடறலை பெரிய சரிவாக்கி விடாமல் காப்பது பெற்றோர் கடமை.

மகனுக்குத் திருமணமானதும் தாய் சில சமயம் தலைவலியாகிறாள். "பழைய பாக்கி இருக்குதா?" என்பது போல "தான்பட்ட கஷ்டம் பெறுக தன் மருமகளும்" என்ற பரந்த மனப்பான்மையால் பிரச்னை ஏற்படுத்துகிறாள். மனைவி, தாய் இருவரையும் ஒருவர் முன் மற்றொருவரை விட்டுக் கொடுத்து பேசாமல் இருப்பதே மகனின் புத்திசாலித்தனம். அடுத்தவர்களுக்கு அறிவுரை சொல்லும் பெண்கள் தனக்கென வந்தால் முறை தவறுகிறார்கள். வீட்டுச் சண்டைகள் பற்றி அடுத்த வீட்டில் சொல்லி கழிவிரக்கம் தேடும் பெண்கள் தோல்விதான் அடைவார்கள். மாமியாரும், மருமகளும் பகிர்ந்து வேலைகளைச் செய்து மனம் விட்டுப் பேசி, பிடிக்காததை இதமாகச் சொல்லி, பரஸ்பரம் ஆலோசனைகள் கேட்டு வாழ்ந்தால் ஆணுக்கும் நிம்மதி பெண்களுக்கும் பெருமை. சாட்சிக்காரன் காலில் விழுவதை விட சண்டைக்காரன் காலில் விழுவது நல்லது. சாட்சிக்காரனான கணவனை விட்டு விட்டு பெண்களாகிய நீங் களே முடித்துக் கொள்ளுங்கள். பிறகு பாருங்களேன் வளமான வாழ்வின் ரகசியம் புரிந்து கொள்வீர்கள்.

கடைசியாக Father is a faith, Mother is a fact, Friends are our choice, Parents are our destiny, but marriage is a chanceதான். முதலாம் ஆண்டு மோட்டார் பைக்கும், மனைவியும் தகராறு செய்யாமல் இருந்து போகப் போகத்தான் தெரியும் என்பதால் கிடைத்த வாய்ப்பை மிகத் துல்லியமாக கணித்து வெற்றி பெறுங்கள்" என்கிறார் மனநலமருத்துவர் டி.வி. அசோகன்.

- பானுமதி ராமச்சந்திரன்

ரங்கோலியில் அழகான நிறைய டிசைன்கள் அதிகம் இருக்கின்றன. சில சமயம் நமது உடைகளுக்கு எம்ராய்டரி போட டிஸைன் தேவைப் பட்டால், புள்ளி வைத்து, ரங்கோலி டிசைனைப் போடலாம். மிக அழகாக இருக்கும்.

- கே. நீலா


வீட்டை
சுத்தம் படுத்தி,
கிருமிகளில் இருந்து
விடுதலைப்பெற
KWIK
KLEEN
SPARKLE
தயாரிப்பாளர்கள்
பாதாமி
இண்டஸ்டிரிஸ்
பெங்களூர் – 560 043
போன் : 080–5467962.
மிகவும் பாதுகாப்பானது,
எங்களது தரமான
'க்விக் கிளின்' கருநிற
பினெயில் ISI முத்திரையுடன்
'ஸ்பார்கல்'
லெமன் மற்றும் நீலகிரி நறுமணம்
கொண்ட மூலிகை பினெயில்களை
என்றும் உபயோகியுங்கள்
VITTO

புகழ்பெற்ற ஜோதிஷர், மந்திர சாஸ்திர நிபுணர் பண்டித காழியூர் ம. பத்மநாபன்.



எனது தந்தையார் அடியேனுக்கு மந்திரோபதேசம் செய்யும் காட்சி.

பிரபல ஜோதிஷர் (பண்டித காழியூர் பத்மநாபன்) காழியூர் ஸ்ரீனிவாசாச்சாரியாரின் மூத்த புதல்வரும், ஜோதிஷ மந்திர சாஸ்திரங்களில் 45 வருட காலம் நன்கு தேர்ச்சியும், ஆசீர்வாதமும் பெற்றவரால், மகத்தான சக்தி வாய்ந்த யந்திரங்கள், சக்கரங்கள் வெள்ளியில் தயாரிக்கப்படுகின்றன. மகா லெஷ்மி கவசம் ரூ. 200/-, மகா சுதர்சன யந்திரம் ரூ. 200/-, லஷ்மி நரசிம்ம கவசம் ரூ. 300/-, தனாகர்ஷண யந்திரம் ரூ. 300/-, மகா சுதர்சன சக்கரம் ரூ. 500/- மஹாலஷ்மி சக்ரம் ரூ. 500/-. இவை தவிர அநேக விதமான யந்திரங்களும், கவசங்களும், (விசேஷ பூஜா க்ரமப்படிக்கு) தயாரித்து அனுப்பப்படும்.

வெளிநாட்டு நேயர்கள் இரட்டிப்புத் தொகை DD மூலம் அனுப்ப வேண்டும். தபால் செலவு ரூ. 50/-

கம்ப்யூட்டர் ஜாதகம் தமிழ் / ஆங்கிலம் ரூ. 50/- ஜாதகத்தின் பொதுப்பலன்களை நேரில் சொல்வதற்கு ரூ. 50/- ஆயுள் பலன் (வருஷம், மாதம் தேதி, நேரம், ஊர்) ரூ. 200/-.

மூன்று கேள்விகளுக்கு ரூ. 50/-. வேண்டுவோர் கடிதத் தொடர்பு கொண்டு விவரம் அறிந்து பணம் அனுப்பி சகல நன்மைகளும் அடைவீர்களாக. நேரில் - காலை 8 to 12 noon

பிரபல ஜோதிஷர் பண்டித காழியூர் பத்மநாபன்,
"தபோநிதி"
நெ. 5, வித்யோதயா முதல் மெயின் தெரு,
தபெ எண் : 1411, தி.நகர்,
மதராஸ் 600 017. Ph. 826 3814
தென் இந்தியா (கிளைகள் ஏதும் கிடையாது)

முக்கிய கவனிப்பு : முன் பதிவு செய்து கொள்வது அவசியம். தபால் மூலம் வரும் எல்லா கடிதங்களும் வெகு கண்டிப்பாக பரம இரகசியமாக வைக்கப்படுகின்றன. வீட்டில் கிரகதோஷம் மற்றும் எந்த விதமான தோஷங்களும் பாதிக்காமலிருப்பதற்கு, சுதர்சன ஹோமம், மகா சுதர்சன சக்ரம் பிரதிஷ்டை செய்து தரப்படும். உள்ளூர் வாசிகளுக்கு மட்டுமே செய்யப்படும். நேரிலோ தபால் மூலமோ தொடர்பு கொள்ளலாம்.

MADRAS PERIAMET BENEFIT FUND LIMITED

mpbf

" மாருதி காம்ப்ளக்ஸ் "
90, சூளை ஹை ரோடு, சென்னை - 600 112.
போன் : 5321048, 5325395

ஓய்வுற்றோர்கள் வைப்பு நிதிகள்

ஓய்வூதியம் பெறுபவர்கள், விதவைகள், உடல் ஊனமுற்றோர்கள், முன்னாள் இராணுவத்தினர் மற்றும் 50 வயதுக்கு மேற்பட்டோர் ஆகியோரால் செலுத்தப்படும் ரூ. 10,000/- மும் அதற்கு மேலும் ஆன வைப்பு நிதிக்கு ஆண்டு ஒன்றுக்கு **21%** சிறப்பு வட்டி வழங்கப்படும்.

ஓய்வுற்றோருக்கான மறு முதலீட்டுத் திட்டம்

குறைந்த பட்ச முதலீடு	காலம்	முதிர்வு தொகை	வட்டி விகிதம்
ரூ. 10,000/-	1 வருடம் 2 வருடம் 3 வருடம் 40 மாதங்கள்	12315 15165 18675 20000	21%

நிலையில் நிலைத்த நன்னாளில் ரூ.1000/- வீதம் நான்கு வருடங்கள் தொடர்ந்து செலுத்தினால் 5ம் வருடம் முதல் நீங்கள் செலுத்திய அதே நாள் ரூ.1250/- வீதம் ஆயுள் காலம் முழுவதும் கிடைக்கும்.

வைப்பு நிதிகள்

காலம்	3-மாதம்	6-மாதம்	1 வருடம்	2 வருடம்	3 வருடமும் அதற்கு மேலும்
வட்டி விகிதம்	15%	15.5%	18%	19%	21%

நகை கடன் 1 சவரன் தங்க நகையின் மீது Rs. 2400/ வரை 22.5% ஆண்டு வட்டியுடன் வழங்கப்படும்.

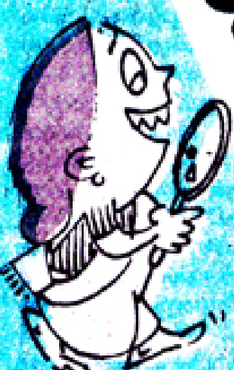
பரிமாற்றங்கள் உறுப்பினர்களுக்கு மட்டும். வெள்ளி விடுமுறை.

எம். முகுந்தன், எம்.ஏ.,
நிர்வாக தலைவர்

உன்னதமான பணியும் சேவையோடு கூடிய பாதுகாப்பும்

இந்த மாதம் எப்படி?

டிசம்பர்'95

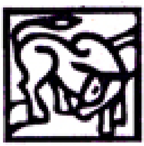




மேஷ ராசி :

அசுவினி, பரணி, கிருத்திகை 1- ஆம் பாதம்.

குருவின் பார்வையால் இந்த இராசிக்காரர்களுக்கு இதுவரை இருந்த சிக்கல்கள் நீங்கும். சனியின் சஞ்சாரம் எந்தச் செயலிலும் இலாபத்தை, அல்லது எதிர் பார்க்கும் வெற்றியைத் தரும். இராகுவின் பெயர்ச்சியால் கோர்ட் விவகாரங்களில் வெற்றியைத் தரும். நேர்காணல் மற்றும் வேலைக்கு விண்ணப்பம் போடுதல் போன்ற செயல்களில் எதிர் பார்த்த பலன் கிடைக்கும். எதிர்பாராத தனத்தால் குறிப்பாக 5, 6, 10, 11 தேதிகளில் வாங்கியுள்ள கடன்களைத் தீர்த்து விடுகின்ற வாய்ப்பு வரலாம். அல்லது அடகு வைக்கப்பட்ட நகைகள் மீட்கப்படலாம். மாத ஆரம்பத்தில் திருமணத்திற்காகக் காத்து நிற்பவர்களுக்குத் திருமணம் கைகூடி வரும். அல்லது அது சம்பந்தமான நற்செய்திகளாவது கிடைக்கும். புதனும், சூரியனும், கேதுவும் சில ஏமாற்றங்களையும் எதிர்ப்புக்களையும் கூட ஏற்படுத்தலாம். மாதத்தின் பிற்பகுதி யில் சுக்கிரனால் சில பிரச்னைகளை எதிர்நோக்க வேண்டியிருக்கும். அது வீடு சம்பந்தமாகவும் இருக்கலாம். அல்லது வீட்டில் உள்ள ஒரு பெண்ணாலும் பிரச்னை தோன்றலாம். ஸ்ரீ சுப்ர மணியருக்குரிய எந்த ஜபத்தையும், பூஜையையும் செய்வது நல்லது. கண்களில் சிறு கோளாறு அல்லது தலைசுற்றல் போன்ற உடல் கோளாறுகளும் தோன்ற வாய்ப்பு உள்ளது. இதற்குப் பரிகாரம் மருத்துவரை நாடுவதுதான்.



ரிஷப ராசி :

கிருத்திகை 2, 3, 4 – ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம், 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

அஷ்டமத்திற்குக் குரு சென்றாலும் ஆட்சியில் தானே அமர்ந் துள்ளார். உங்களுக்குக் குரு, சனி தசை நடந்தால் அல்லது அவர்களது புக்தி நடந்தாலும் நன்மையே அதிகம். குருவைப் பொருத்தமட்டில் இந்த ஆண்டு முழுவதும் இந்த நிலைதான். ஆனால் கேதுவோ சுகவாழ்வுக்கும், தனலாபத் திற்கும் வாய்ப்பினைத் தருகிறார். ராகுவால் மனக்கலக்கமோ வருத்தமோ ஏற்படும்படியான சூழ்நிலை உருவானாலும் கன்னி இராசிக்கு அதிபனும் உச்சனுமான புதன் எட்டாமிடத்தில் இருந்து கொண்டு வெற்றியையும், மகிழ்ச்சியையும் எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக தனலாபத்தையும் தர இருப்ப தால் கவலைப்பட வேண்டியது இல்லை. மாதம் பூராவும் சுக்ர சஞ்சாரம் நன்றாகவே அமைந்துள்ளதால் சுப நிகழ்ச்சிகளுக்கு வாய்ப்பு உண்டு. வீடு, வாகன யோகமும் ஏற்படும். பணியில் உள்ளவர்களுக்குப் பதவி உயர்வு, அல்லது எதிர்பார்த்த இடத்திற்கு மாற்றம் வரலாம். அரசியல்வாதி களுக்கும் அனுகூலமான மாதமே. ஆயினும் சூரியனுடைய சஞ்சாரம் உகந்ததாக இல்லை. எனவே சூரிய சம்பந்தமான வழிபாடுகளைச் செய்வது நல்லது. ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் உதய காலத்தில் சூரியனை இதயத்தில் நிலைநிறுத்தித் தியானம் செய்யுங்கள். சகல சங்கடமும் நீங்கிடும்.



மிதுன ராசி :

மிருகசீரிஷம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 – ஆம் பாதங்கள்

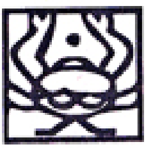
சப்தமஸ்தானம் எனும் ஏழாமிடத்தில் சதுர் கிரக யோகம் தரும் வகையில் குருவுடன் சம்பந்தப்பட்ட கிரக கூட்டங்கள்; மாதத்தின் முற்பகுதியில் சுக்கிர னும், பிற்பகுதியில் சூரியனும் குருவுடன் சேர்கின்ற நிலை, விபரீத ராஜயோகம் எனும் திடீர் தனலாபத் திற்கும் வாய்ப்பு உண்டு. அதே சமயம் எதிர்பாராத தோல்வியும் உண்டு. முற்பகுதியை விட பிற்பகுதி நன்மை அதிகம் தரும். இராசிக்குக் குருவின்



பீன்ஸ் பொரியலுக்கு ரெடி செய்து விட்டுப் பார்த்தால் தேங்காய் காலி. சட்டென்று அப்பொழுதுதான் அரைத்த தேங்காய் துவையல் 2-ஸ்பூன், தேங்காய் எண்ணை 2-ஸ்பூன், சிறிது கருவேப்பிலை சேர்த்துப் புரட்டி எடுத்ததில் அருமையான, ருசியான பொரியல் ரெடி. நீங்களும் தான் முயற்சி செய்து பாருங்களேன்!

- ஜெயா

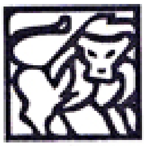
பார்வை இருப்பதால் சங்கடங்கள் குறையும். செவ்வாய் அங்கு இருப்பதால் வீட்டில் அமைதி குறையலாம். தாம்பத்திய உறவிற்கு உகந்த மாதமாகத் தெரியவில்லை. ஏதேனும் ஒரு விதத்தில் சண்டை சச்சரவு ஏற்படலாம். எனினும் இராசிநாதன் சூரியனுடன் இருக்கின்ற 25 நாட்களுக்கு புத ஆதித்தாய பார்வை உங்கள் இராசிக்கு இருப்பதால் நன்மையே அதிகம் நடக்க வேண்டும். குருபார்வை கோடி தோஷத்தைப் போக்கும் என்பதற்கேற்ப இராகு, சனி, கேது இவர்களின் சஞ்சாரத்தால் பாதிப்பு அதிகம் ஏற்படாது. ஸ்ரீஸுதர்ஸன ஹோமம் செய்வதால் ஸகல சம்பத்துக்களும் வாய்க்கும். குறைந்தபட்சம் ஸ்ரீஸுதர்ஸன ஜபமாவது செய்யலாமே!



கடக ராசி :

புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

இதுவரை இருந்த ஒரு தேக்க நிலை சற்று மாறி, உங்கள் முயற்சிகளுக்கு உதவும் வகையில் ராகுவின் பெயர்ச்சி அமைந்துள்ளது. அதனால் கட்டாயம் தனலாபம் ஏற்படும். குருவின் 9-ம் பார்வையில் உங்களுக்குச் சுபச் செலவுகள் ஏற்பட்டாலும், மனநிம்மதி இல்லாத நிலை இருந்திருக்கக் காரணம் முக்கியமாக சாயாக் கிரகங்களான ராகுவும் கேதுவும் உங்கள் ராசிக்குப் பகைக் கிரகங்கள் அல்லவா? அதனால் அவர்களின் சஞ்சாரம் ஓரளவுக்குப் பாதித்தது என்னவோ உண்மை. ஆனால் கொடுக்கும் இராகு தற்போது மூன்றாம் இடத்திலிருந்து உங்களுக்கு அனைத்து செயல்களிலும் வெற்றியும், மகிழ்ச்சியும் தர இருக்கிறார். கேதுவால் சில விக்கினங்கள் ஏற்படலாம். எனவே விநாயகருக்குரிய வழிபாடு ஏற்றது. கோயில்களில் கணபதி ஹோமம் நடக்கும் இடங்களுக்குச் சென்று, அவற்றில் உங்கள் பங்குக்கான தொகையையோ, அல்லது பொருளையோ கொடுத்து ஹோமரட்சையை வாங்கி அணியுங்கள். அனைத்தும் நல்லபடி நடக்க ஆனை முகன் அருளுவார்.

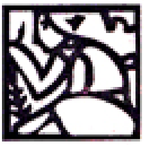


சிம்ம ராசி :

மகம், பூரம், உத்திரம் 1 - ஆம் பாதம்.

இராசிக்குக் குருவின் பார்வை. தொல்லை தருகின்ற கிரகங்கள் குருவுடன் சேர்க்கை பெற்றதால் எந்த நிலையிலும் விபரீதமாக ஏதும் நடக்காது. மாறாக அரசியல், ஆன்மீகம், அரசுப்பணி மற்றும் நீதித் துறைகளில் உள்ளவர்களுக்கு மேலும் சிறப்புகள் கூடும். பத்திரிகைத் துறையினர் சுறுசுறுப்பாக இயங்க வேண்டிய காலகட்டம். பொது ஜன சேவையிலும், குறிப்பாக அரசியலில் உள்ளவர்களும், ஆசிரியப் பணியில் உள்ளவர்களும் நல்லதொரு புகழை அடைவார்கள். வெற்றி வாகை சூடுகின்ற காலகட்டம். குரு ஜாதகத்தில் தனுசுவிலிருந்தும், சுக்கிரன் ஆட்சியிலிருந்தும், அவர்களது திசை நடப்பவர்களுக்கு அமோக வெற்றி உண்டு. ஜாதகத்தில் ராகு மீனத்திலிருந்து, கேது கன்னியிலிருந்து, சனி மகரத்திலிருந்து சனி திசை நடப்பவர்களுக்கு இதுவரை கிடைக்காத பதவியும், செல்வமும் தானாக வந்து சேர்கின்ற நிலை. மக நட்சத்திரத்தில் பிறந்தவர்களுக்கு மக்கள் மத்தியில் செல்வாக்கு சேரும். சுப நிகழ்ச்சிகளுக்கு இடம் உண்டு. வீடு வாகனயோகமும் பெறுவீர்கள். தரகு, ஷேர், மற்றும் வெளிநாட்டு வர்த்தகத் துறையில் உள்ளவர்களுக்கு நல்லதொரு நேரம். பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். சுக்கிரன் வெளிநாட்டுப் பிரயாணம் ஒன்றை ஏற்படுத்தலாம். ஆதித்த ஹிருதயம் படிக்கலாம். சூரிய குலத்தில் உதித்த ஸ்ரீராமனுக்கு கிருஷ்ணகிரிக்கு அருகில் உள்ள வேப்பன பள்ளியில் அமைதியான சூழலில் கோயில் உள்ளது. அந்த இராமர் சன்னதி சென்று அர்ச்சனை செய்து பாருங்கள். அமோகமான பயனை அடைவீர்களோ இல்லையோ, ஆத்ம சாந்தியையாவது

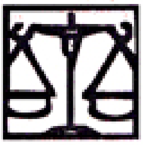
பெறுவீர்கள். அதன் மூலம் ஒருவித புதுத் தெம்பினைப் பெற்று நம்பிக்கையுடன் செயலாற்றுவீர்கள். எச் செயலிலும் ஏற்றமிகு நிலை உண்டு.



கன்னி ராசி :

உத்திரம் 2, 3, 4 – ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 – ஆம் பாதங்கள்.

ஏறக்குறைய 25 நாட்கள் புதனால் நன்மை உண்டு. சுக்கிரனால் சுப நிகழ்ச்சிக்கு வாய்ப்பு உள்ளது. திருமணத்திற்குக் காத்திருப்பவர்க்கு நல்லதொரு காலகட்டம். சுக்கிரனும், ஆட்சியில் உள்ள குருவும் உதவுகின்ற நிலை. சனி தொழிலுக்கு உத்திரவாதம் அளிக்கிறார். மாதத்தின் முற்பகுதியில் அரசியல்வாதிகளுக்கு அனுகூலமான சூழ்நிலை ஏற்படுவதால் தேர்தல்களில் வெற்றி கிடைக்கும் அல்லது நிற்பதற்கு வாய்ப்பு கிடைத்து வெற்றியும் பெற முடியும். நீதித் துறையினர் நல்லதொரு பாராட்டைப் பெறுவர். உங்களுடன் இருக்கும் தாயாரின் உடல்நிலை பாதிப்புக்கு ஆளாகலாம். நடிக நடிகைகளுக்கு செல்வாக்கும் பாராட்டும் கிடைக்கும். சமையலறை கொதிகலன் மற்றும் தொழிற்சாலைகளில் கொதிகலன்கள் உள்ள அறை ஆகிய இடங்களில் பணிபுரிபவர்கள் சற்றுக் கவனமுடன் பணிபுரிவது நல்லது. இது எரிபொருள் துறையினர்க்கும் பொருந்தும். குடும்பத்தில் மன அமைதி குறையலாம். தம்பதிகளுக்குள் வேறு ஒருவர் காரணமாக சர்ச்சைகள் தோன்றலாம். சகோதரர்களிடையே கூட ஒற்றுமை குறையலாம். ஐக்கிய மந்த்ர ஜபம் ஏற்ற பரிகாரமாகும்.



துலா ராசி :

சித்திரை 3, 4 – ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 – ஆம் பாதங்கள்.

நல்லதொரு மாதம். பெரும்பாலான கிரகங்கள் அனுகூல நிலையில் இருக்கிறார்கள். அதனால் பதவி உயர்வு தட்டிச் சென்றவர்களுக்குத் தற்போது அனுகூல நிலை. உத்தியோகப் பிராப்தியும் உண்டு. திருமணமாகாதவர்களுக்கு சுக்கிரகுரு சேர்க்கையால் கல்யாணம் கைகூடி வரும். பணியில் உள்ளவர்களுக்குப் பதவி உயர்வு என்றால், தொழில், வியாபாரம் நடத்துபவர்களுக்கு புதியதொரு முயற்சியில் ஈடுபட வேண்டி வரும். அதனால் நன்மையுண்டு. ஆயினும் ராகுவால் பொருளாதார நெருக்கடியும், சில விஷயங்களில் எதிர்ப்பு



வெண்ணெய் காய்ச்சிய கரண்டியில் அரிசி மாவு, சர்க்கரை போட்டுக் கிளறுவோம். மாறுதலாக கஞ்சி மாவை(கேப்பை, ஜவ்வரிசி, பொட்டு கடலை) சர்க்கரை போட்டுக் கிளறினால், ஏலக்காய் நெய் மணத்துடன் ரொம்ப நன்றாக இருந்தது. குழந்தைகள் எடுத்துக் கொண்டு பறந்து விட்டனர்.

–கோமதி

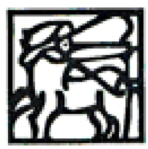
களும் தோன்றலாம். புதன் சற்று மனத்தில் பய உணர்வைத் தோற்றுவிப்பார். அது கோர்ட்டு விஷயத்திலும் இருக்கலாம். அல்லது அரசியல், அரசு விவகாரம் இவைகளாலும் ஏற்படலாம். துயரத்தைத் தரத்தக்க செய்திகளும் கூட இந் நிலையை உருவாக்கலாம். எனவே மிருத்யுஞ்சய ஜபம், ஸ்ரீதுர்க்கா ஸ்தோத்திரம் இவைகளைச் சொல்லுவது நல்லது. வெள்ளிக் கிழமைகளில் வீட்டில் நெய் விளக்கு ஒன்று காலையிலும் மாலையிலும் ஏற்றலாம். அந்த ஒளியில் மனத்தில் உண்டாகும் இருள் அனைத்தும் மறைந்து விடும். விநாயக புராணம் படிக்கலாமே. விக்கினங்கள் விலகும். வெற்றி தேடி வரும். இது எத்துறையினர்க்கும் பொருந்தும்.



விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 – ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

குரு மாதம் முழுவதுமே அவ்வளவு, ஏன் இந்த ஆண்டு முழுவதுமே உங்களுக்கு எதிலும் எப்பொழுதும், எப்படியும் உறுதுணையாக நிற்கிறார். சுக்கிரன் மாதப் பிற்பகுதியில் கட்டிடம், நிலம் சம்பந்தமான பிரச்னைகளில் நன்மையைத் தருவார். ராகு தனலாபத்தையும், தான்யலாபத்தையும் தருகிறார். மற்றபடி வேறு கிரகங்கள் சாதகமான நிலையில் சஞ்சரிக்கவில்லை. எதையும் நன்கு சிந்தித்துச் செயலாற்ற வேண்டிய காலகட்டம். கேது கெடுத்தாலும் ராகு கொடுக்காமல் இருக்க மாட்டார். வரும் சில மாதங்களில் கேதுவுக்கும் ராகுவுக்கும் இடையே அத்துணை கிரகங்கள் அமைந்து கால ஸர்ப்பச் சக்கர வியூகத்தை உண்டாக்குவதால் லக்கினம் அமைந்திருப்பதைப் பொருத்து பலன் மாறலாம். மேஷத்திலிருந்து, சிம்மம் வரை உள்ள 5 லக்கினங்களில் ஒன்றில் பிறந்திருந்தால் நல்லதொரு நிலையைப் பெறுவீர் மற்ற ஏழு லக்கினங்களில் பிறந்த இந்த இராசிக்காரர்கள், இராகுவுக்கும் கேதுவுக்கும் அர்ச்சனை செய்வது நல்லது. விரும்பத்தக்க விதத்தில் பதவி மாற்றம் ஏற்படலாம்.



தனுசு ராசி :

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 – ஆம் பாதம்.

குரு ஆட்சி – சுக்கிர சம்பந்தம் – சனி 3-ல் ஆட்சி என முக்கியமான கிரகங்கள் நன்கமைந்திருக்கின்றன. குருவின் சேர்க்கையால் கோட்சார ரீதியாகக் கெடுபலன்கள் அதிகம் ஏற்படக் காரணமில்லை. புத்திரர்களால் நன்மையும், மதிப்பும், மனநிம்மதியும் உண்டு. சுப நிகழ்ச்சிக்கும் வாய்ப்பு உள்ளது. சனீஸ்வரன் நீங்கள் செய்யும் முயற்சியில் வெற்றியைத் தருவார். வீடு, வாகன யோகம் உண்டாகலாம். ராகு கேது சஞ்சாரம் உடல் நிலையை பாதிக்கலாம். பொருளாதார நிலையில் கூட பிறரை எதிர்பார்த்து ஏமாறும் நிலை. கொடுத்த இடத்திலும் கேட்ட நேரத்தில் வராது. உச்சம், ஆட்சி பெற்ற கிரகங்களின் தசாபுக்தி நடப்பவர்களுக்கு இது பொருந்தாது. அத்தகையவர்களுக்கு அனைத்தும் நல்லவிதமாகவே நடக்கும். குருவைச் சரணடையுங்கள். பெருகிவரும் சிரமங்களைக் கட்டுப்படுத்தும் ஆற்றலையும், நம்பிக்கையையும் பெறுவீர்கள். இஷ்டதேவதைகளை வணங்குவதை விட வேறு வழியில்லை. அனுபவித்துக் கழிக்க வேண்டிய மாதமே.

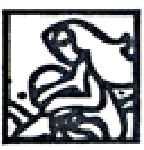


மகர ராசி :

உத்திராடம் 2, 3, 4 – ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 – ஆம் பாதங்கள்.

கால சர்ப்ப தோஷ வியூகத்தில் அனைத்து கிரகங்கள் அடங்கி இருப்பினும், கேது, சுக்கிரன் ஆகியவர்கள் மாதம் பூராவும் குடும்பத்தில் மன அமைதியைக் காத்திடுவார்கள். முற்பகுதியில் சூரியனால் கலைஞர்களுக்கும், அரசியல் வாதிகளுக்கும் நன்மை உண்டு. நல்லதொரு

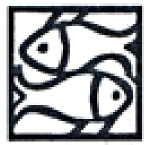
நண்பரின் ஆதரவும் கிடைக்கும். மறைத்து வைக்கப்பட்ட உண்மை ஒன்று இரண்டு விஷயத்தில் வெளியாகி, அதன் மூலம் உங்கள் மேல் இருந்த பழி ஒன்று நீங்கும். இது முக்கியமாக வங்கி, அரசுத் துறை, பெரிய நிறுவனத்தின் நிர்வாகத் துறை இவைகளில் பணியில் இருந்தவர்களுக்குப் பொருந்தும். மற்றபடி விரயஸ்தானத்தில் உள்ள கிரகங்கள் பணவிரயம், கால விரயம் போன்றவற்றை உண்டாக்கிப் பொருளாதார நிலையில் நெருக்கடியை உண்டாக்கலாம். என்றாலும் விநாயகருக்கு வழிபாடு செய்வதன் மூலம் சிரமங்களிலிருந்து விடுபடலாம். இந்தச் சமயத்தில் இறைபணி நடக்கும் கோவில்கள், கல்விக் கூடங்கள். உடல் ஊனமுற்றோரின் சேவாதளங்கள், மருத்துவ விடுதிகள் ஆகியவற்றிற்கு உங்கள் பெயரில் சிறு தொகை ஒன்றை அன்பளிப்பாக அளிப்பதன் மூலம், சனி, குரு, மற்றும் புதனைத் திருப்தி செய்த பலனை அடைவீர்கள்.



கும்ப ராசி :

அவிட்டம் 3, 4 – ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 – ஆம் பாதங்கள்.

ஏறக்குறைய ஐந்து கிரகங்கள் நன்மையைப் புரியும் நிலை. 10-ல் உள்ள சூரியன் மாத ஆரம்பத்தில் கலைஞர்களுக்கும், அரசுப் பணியாளர்களுக்கும், அரசியல்வாதிகளுக்கும் கீர்த்தியையும், பணலாபத்தையும், பதவி உயர்வையும் தர இருக்கிறார். தொழில், வியாபாரம் ஆகியவைகளில் ஈடுபட்டிருப்பவர்களுக்கும் இலாபம் உண்டு. சனீஸ்வரன் ஆட்சியில் இருப்பது விசேஷம். வெளிநாட்டுப் பிரயாணம், தீர்த்தயாத்திரை இவைகளுக்கும் வாய்ப்பு உள்ளது. சுப காரியங்கள் நடக்கும். அது மகன் அல்லது மகளின் திருமணமாகக் கூட இருக்கலாம். குரு 11ல் இருப்பதால் மகனுக்கு உபநயனமும், கிறிஸ்த்துவ, முகம்மதிய குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவரானால் அவர்கள் குழந்தைகளுக்குச் செய்யும் சுபச் சடங்குக்கும் வாய்ப்பும் உண்டு. வீடு, மனை வாங்க சுக்கிரன், செவ்வாய் உதவுகிறார்கள். எதிர்பாராத தன லாபமும் உண்டு. பழைய கடன்கள் தீரும். நகைகள் வாங்கும் யோகமும் ஏற்படலாம். பாம்புக் கிரகங்களுக்கு இடையே அனைத்து கிரகங்களும் இருந்தாலும், லக்கின அமைப்பும், சந்திர சஞ்சாரமும் உங்களுக்குச் சாதக பாதகத்தை ஏற்படுத்தலாம். நல்ல தசாபுக்திகள் நடப்பவர்களுக்குக் கவலையே இல்லை. சனியையும் ஸர்பக் கிரகங்களையும் தொழுங்கள்.

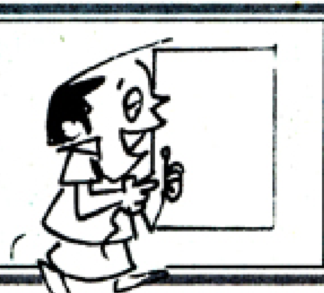


மீன ராசி :

பூரட்டாதி 4 – ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

மாதத்தின் முற்பகுதியில் தந்தையின் உடல்நிலை பாதிக்கப்படலாம். பிற்பகுதியில் குணமாகும். 10ல் உள்ள சுக்கிரன் குடும்ப சுகத்தைப் பாதிக்கலாம். அதற்கு ஒரு பெண் காரணமாக அமையலாம். புதன் இவற்றை முறியடித்து வெற்றியுடனும், மகிழ்ச்சியுடனும் திகழும் வண்ணம் சூழ்நிலைகளை அமைத்துத் தரும் நிலையில் உலாவுகிறார். எனினும் குரு ஆட்சியில் இருந்தாலும் கேந்திரத்தில் இருப்பது சரியானது எனக் கூற முடியாது. ஷேர் மார்க்கெட், மற்றும் வாய்தா பேரம் இவைகளில் ஈடுபட்டுள்ளவர்கள் எச்சரிக்கையுடன் செயல்பட வேண்டும். விரயச் சனியும் பொருளாதார நெருக்கடியைத் தோற்றுவிக்கலாம். எனினும் மாதத்தின் பிற்பகுதி எந்தவிதத்திலும் சாதகமாகவே அமையும். தசாபுக்தி நன்கு அமைந்தவர்களுக்குக் கவலையே இல்லை. நவக்கிரக ஹோமம் ஒன்று செய்வது நல்லது. மற்றபடி அனு ுவித்துக் கழிக்க வேண்டிய மாதம். தீவிர தெய்வ பக்தியும், தூய உள்ளமும் உடையவர்களை நாள் என் செய்யும்? கோள் என் செய்யும்? எனவே அதற்கேற்ப உங்களைத் தயார் செய்து கொள்ளுங்கள். அதுவே சிறந்த பரிகாரம். மீனராசிக்காரர்கள் இந்த ஆண்டில் ஜூன் வரை சற்று தெய்வ பக்தி, தானம், தருமம் இவைகளில் ஈடுபடுவது நல்லது. மானஸீகமாகச் சிவனை நினைத்து தியானம் செய்யுங்கள். சிரமங்கள் குறையும்.

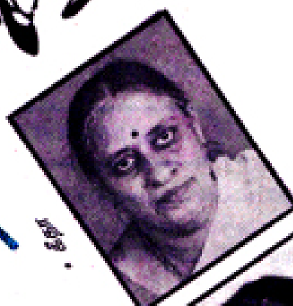
- ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணன்



நூலை ஊசியில் எளிதில் கோர்க்க ஊசியின் நூல் கோர்க்கும் துளையை வெள்ளை பேப்பர் அல்லது தூய வெள்ளைத் துணிக்குச் சிறிது மேலாக நேராக வைத்துக் கொண்டு நூலைக் கோர்த்தால் சுலபமாக நூலைக் கோககு முடிகிறது.

—எஸ். உமாஸ்ரீ







பொருள் : இதுதான் சிறந்த சத்துணவு

முதல் பரிசு ரூபாய் 300/-

துவாதசி சமையல்

நாங்கள் ஏகாதசி விரதம் இருப்பது வழக்கம். இரவில் ஏதேனும் கஞ்சி சாப்பிட்டு விட்டு மறுநாள் துவாதசியன்று சீக்கிரம் எழுந்து சமைத்து சீக்கிரமாகவே பாரணை செய்வோம்.

சமையல்:

மோர்க் குழம்பு, புளிபோடாமல் எலுமிச்சம் பழ ரசம், பருப்பு, அகத்திக்கீரை கறி, நெல்லிக் காய் பச்சடி, சுண்டைக்காய் வற்றல் வறுத்தது (நெய்யில்), பாயசம்.

முதல் நாள் ஏகாதசி விரதம் இருப்பதால் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட முதலில் சுண்டைக் காய் வற்றல் வறுத்ததைச் சாதத்துடன் சாப்பிட வேண்டும்.

நெல்லிக்காய் பச்சடி செய்முறை :

வேக வைத்த நெல்லிக்காய், தேங்காய், பச்சை மிளகாய், தாளித்த கடுகு கொஞ்சம், உப்பு சேர்த்து அரைத்துத் தயிரில் கரைத்தால் நல்ல வாசனையாக இருக்கும். நெய்யோ அல்லது சூரியகாந்தி எண்ணெயோ உபயோகிக்க வேண்டும். நல்லெண்ணெய் உபயோகப்படுத்தக் கூடாது.

அகத்திக்கீரை வயிற்றில் பூச்சி, புண் இவற்றைக் குறைக்கும். இதனை வேக வைத்துத் தாளித்துத் தேங்காய், சர்க்கரை போட்டுக்



லதா



அனுசூயா

கொஞ்சம் பருப்புச் சேர்த்து செய்ய வேண்டும்.

முதலில் சுண்டை வற்றல் சாதம், பிறகு மோர்க்குழம்பு, ரசம், நெல்லி பாயசம், மோர் சாதம் என சாப்பிட வேண்டும். சாதங்களுக்குத் தொட்டுக் கொள்ள அகத்திக்கீரை பொறியல். இந்த வெரைட்டி உணவின் சத்துக்கள் பற்றி உங்களுக்குத் தெரியாதா என்ன?

வாழைப்பூ அடை:

தேவையான பொருட்கள் :

வாழைப்பூ - 1
ஊறவைக்க வேண்டிய
பொருட்கள் (4 மணி நேரம்)
கோதுமை - ½ டம்ளர்
புழுங்கலரிசி - 1 டம்ளர்
பச்சரிசி - 1 டம்ளர்
துவரம் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு,
கடலைப் பருப்பு - 2 டம்ளர்
மிளகாய் வற்றல் - 6
பெருங்காயம் - சிறிதளவு
உப்பு - தேவைக்கேற்ப

செய்முறை :

வாழைப்பூவை நறுக்கி வேக வைத்துக் கொண்ட பின்பு 4 மணி நேரம் ஊறிய அரிசி பருப்பு வகைகளை நைஸாக இல்லாமல் அரைத்துக் கொண்டு வாழைப்பூவைக் கலந்து கொத்தமல்லி, பச்சைமிளகாய்ப் பொடி செய்து, பிறகு கொஞ்சம் தேங்காயும் சேர்த்து அடை வார்த்தால் வாய்க்கு ருசியாயிருக்கும். அத்தோடு உடம்பிற்கு பருப்பு வகைகளில் புரோட்டீன், விட்டமின், கால்ஷியம் யாவும் கிடைக்கிறது.

— அனுசூயா சாரங்கபாணி.

அகோர் அடை

இரண்டாம் பரிசு ரூபாய் 200/-

தேவையான பொருட்கள் :

அரிசி மாவு - 1 கப்
கோதுமை மாவு - 1 கப்
ராகி (கேழ்வரகு) மாவு - 1 கப்
பெரிய வெங்காயம் - 1 கப் (சிறியதாக நறுக்கியது)
தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்
பச்சை மிளகாய் - 6 (பொடியாக நறுக்கியது)
கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை - ½ கப் (நறுக்கியது)
எண்ணெய் - ½ கப்
உப்பு - தேவைக்கேற்ப

செய்முறை :

முதலில் மூன்று வகையான மாவுகளையும் சேர்த்து நன்கு சலிக்க வேண்டும். அதனுடன் வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், தேங்காய்த் துருவல், கொ. மல்லி, கறிவேப்பிலை, உப்பு ஆகிய அனைத்தும் சேர்த்துச் சிறிது நீர் விட்டு நன்கு பிசைந்து கொள்ளவும். இது சப்பாத்தி மாவை விட தளரவும், தோசைமாவை விட கெட்டியாகவும் இருக்க வேண்டும்.

பின் அடுப்பில் தோசைக்கல்லை நன்கு சூடுபடுத்தியபின் ஒரு கிரிகெட் பந்து அளவுள்ள மாவை எடுத்துக் கல்லின் மேல் வைத்து கைகளால் நன்கு தோசை போல் பரத்தி விடவும். ஒரு தோசை அளவுக்குப் பரத்தியவுடன் சுற்றி எண்ணெய் ஊற்றி ஒரு தட்டைப் போட்டு மூடிவிடவும். அடுப்பை இப்பொழுது ஸிம்மில் வைக்கவும். இரண்டு நிமிடம் கழித்துத் துடுப்பால் பின்புறம் திருப்பவும். மூட தேவையில்லை. நன்கு சிவந்தவுடன் எடுத்துச் சூடாக சாப்பிட மிகவும் நன்றாக இருக்கும். தொட்டுக் கொள்ள ஏதும் வேண்டாம். தேவையானால் எலுமிச்சை (அ) கிடாரங்காய் ஊறுகாய் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

குழந்தைகளுக்குப் பச்சை மிளகாய்க்குப் பதில் காரெட் துருவல்கள் ½ கப் சேர்த்துச் செய்தால் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

— லதா வெங்கடேஷ், பெங்களூர்.

மூன்றாம் பரிசு ரூபாய் 100/-

அமுதபானம்

உலகின் பழமையான நாகரிகமான மெசபட்டோமியா முதல், எகிப்திய பிரமிடுகளிலும், கிரேக்க, ரோமானிய, பாலஸ்தீனிய வரலாற்றுக் குறிப்புகளிலும் கடந்த 300 ஆண்டுகளாக "சத்துணவுப் பழமாக" உலக மக்களால் உண்ணப்பட்டு வருகிற பழம் பேரீச்சம்பழம்தான்!

இரத்த சோகை, முடி உதிர்தல், பெரியவர்களுக்கு ஏற்படும் சோர்வு, சிறியவர்களின் வளர்ச்சிக்கு என இப்படிப்பட்ட பல பிரச்னைகளுடன் இருப்பவர்களுக்கு டானிக் இதுதான்.

ஐந்து பேரீச்சம்பழத்தைக் கொட்டை நீக்கித் துண்டுகளாக நறுக்கி அரைத்துக் கொள்ளலாம். இல்லாவிடில் அப்படியே காய்ச்சிய 200 மி.லி. பசும்பாலில் சேர்த்து தேன் 2 ஸ்பூன், ஏலக்காய், சிறிது பச்சைக் கற்பூரம், தேவையானால் சிறிது குங்குமப்பூ சேர்த்துக் கொள்ளலாம். (கர்ப்பிணிகள் குங்குமப்பூ இதில் சேர்த்துப் பருகலாம். குங்குமப்பூ இரத்தத்தை சுத்தி செய்து, கர்ப்பப் பையில் இருக்கும் அழுக்குகளை வெளியேற்று கிறது) இவ்வாறு செய்து மணக்க மணக்க இளம் சூட்டில் பருகி வரலாம்.

இதற்கு இணையான "டானிக்" உலகில் இடையவே கிடையாது.

இதை நாம் வழக்கமாக பருகும் காப்பி, டீ

குழந்தை பாக்கியம் இல்லாவிட்டால் மனைவியையே எல்லோரும் குறை அம்புகளை எய்து அவளை புண்ணாக்குகிறார்கள். இதில் தீர்மானம் காண வேண்டியவர்கள் நீங்களோ உங்கள் மனைவியோதான். மனைவியை மட்டும் டாக்டரிடம் போகச் சொல்லிவிட்டு நீங்கள் ஏன் போகாமல் தாழ்வு மனப்பான்மை? பார்க், பீச் செல்வது போல கைகோர்த்தபடி ஜாலியாய் டாக்டரிடம் செல்லுங்களேன். யாரிடம் குறை இருந்தால் என்ன? முடிந்தால் நிவர்த்தி செய்யுங்கள். இல்லாவிடில் நீங்கள் இருவர் மட்டும் பேசி இந்த விஷயத்தில் அமைதி தரும் தீர்வு காணுங்கள். முயன்றால் முடியாதது ஏதுமில்லை பிரதர்.

— மஞ்சுளா கிருஷ்ணன்.





ஆண்களே, ஆபீஸ் விட்டு வீடு வரும்போது வாசலில் செருப்பைக் கழற்றிப் போடுவது போல உங்கள் 'டென்ஷனை'யும் கழற்றிப் போடுங்கள். ஆபீஸ் செல்பவர்களுக்கு மட்டும்தான் வேலை என்பதில்லை. வீட்டில் வெவ்வேறு வேலைகளை குறிப்பிட்ட நேரத்தில் செய்ய வேண்டிய கட்டாயத்திலிருக்கும் உங்கள் மனைவிக்கும் தான் 'டென்ஷன்' உண்டு. அந்த நேரங்களில் பொதுவான விஷயங்களைப் பற்றி பேசுவதோ அல்லது குழந்தைகளுடன் விளையாடுவதோ சிறந்தது.

— கி. மஞ்சுளா

அல்லது மற்ற பானங்களுக்குப் பதில், காலை, மாலை அல்லது இரவு படுக்கைக்குச் செல்லும் முன் பருகி வரலாம்.

இதில் ஏராளமான இரும்புச் சத்து இருப்பதால் இரத்த சோகை, உடல் பலவீனம், முடி உதிர்தல், குறைந்த குருதியழுத்தத்தினால் உண்டாகும் தலைசுற்றல், மயக்கம் போன்றவற்றிற்குச் சிறந்த பானம்.

இதை தினசரி சாப்பிடுவதால் மலச்சிக்கல் என்ற பேச்சிற்கே இடமிருக்காது. வயிற்றுக் கடுப்பு, அஜீரணபேதியால் அடிக்கடி துன்பப் படுகிறவர்கள், அமீபியாஸிஸ் போன்ற வியாதிகளால் துன்பப் படுகிறவர்களுக்கு இது ஒரு சிறந்த பானம். பேரீச்சம்பழத்தைப் பற்றி ஆராய்ச்சி செய்த அறிஞர்கள் இது "குடலுக்குப் பாதுகாப்புக் கவசமாக" செயல்படுவதாக கூறுகிறார்கள்.

ஐந்து மாதங்களிலிருந்து இணை உணவாக இந்த டானிக்கை குழந்தைகளுக்குக் கொடுத்து வர குழந்தைகளுக்கு நல்ல வளர்ச்சி உண்டாவதுடன் வயிற்றுப் போக்கு என்ற பேச்சிற்கே இடமிருக்காது!

மதுவிற்கு, போதை மருந்துகளுக்கு, அடிக்கடி புகை பிடிக்கும் பழக்கத்திற்கு அடிமையானவர்களுக்கு இது சிறந்த பானம். இது நம் உடலில் இருக்கும் திசுக்களுக்கு வளர்ச்சியைக் கொடுத்து மயக்கத்தைத் தெளிவிக்கின்றது.

தாம்பத்திய உறவை சிறக்க வைப்பதில் இப்பானம் பெரும்பங்கு வகிக்கின்றது.

— டாக்டர். இரா பத்மப்ரியா, சென்னை.

ஆறுதல் பரிசு ரூபாய் 50/-

ஆவியில் வேகவைத்த காய்கறி தோசை

தேவையான பொருட்கள் :

பச்சரிசி - 2 ஆழாக்கு
கேரட் - 50 கிராம்
முட்டைகோஸ் - 50 கிராம்
பீன்ஸ் - 50 கிராம்
உருளைக்கிழங்கு - 50 கிராம்
கடுகு - 1 ஸ்பூன்
எண்ணெய் - 2 ஸ்பூன் (தாளிக்க)
உப்பு - தேவைக்கேற்ப
கருவேப்பிலை கொத்துமல்லி - சிறிதளவு
பச்சைமிளகாய் - 2

செய்முறை :

முதல் நாளே பச்சரிசியை ஊற வைத்து வெண்ணெய் போல நைசாக அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். மறுநாள் காலை அந்த மாவை தோசை மாவு பதத்தை விட இன்னும் சிறிதளவு நீர்க்கக் கரைத்து உப்பு போட்டுக் கலந்து வைக்கவும். கேரட், பீன்ஸ், கோஸ், உருளைக்கிழங்கு, பச்சைமிளகாய் யாவற்றையும் மிகவும் மெல்லியதாக நறுக்கிக் கொண்டு அடுப்பில் வாணலியை வைத்து எண்ணெய் விட்டு கடுகைப் போட்டு கடுகு பொரிந்தவுடன் வெங்காயத்தை முதலில் போட்டு வதக்கி விட்டு பிறகு மிச்ச காய்கறிகளைப் போட்டுச் சிறிதளவு வதக்கி வைத்து ஆற விடவும். ஆறியவுடன் கலந்து வைத்துள்ள மாவில் போட்டு நன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். வீட்டில் இலை வடாம் செய்யும் தட்டு செட் இருந்தால் அதைச் சுத்தம் செய்து நன்றாக துடைத்து 1 சொட்டு எண்ணெயை எல்லா தட்டுகளிலும் தடவி அதில் தோசை மாவை விட்டு நன்றாக தேய்த்து தட்டுகளை அதற்கென்று கொடுத்துள்ள ஸ்டாண்டில் அடுக்கி குக்கரில் வைத்து இட்லி பானை மூடியால் ஆவி போகாதவாறு மூடி மூன்று நிமிடம் வைக்கவும். பிறகு வெளியில் எடுத்து சிறு கூர்சியால் ஓரங்களை நீவி தோசையை தட்டிலிருந்து எடுத்து அடுக்கி, அடுத்த ஈட்டிற்கு மறுபடியும் தட்டில் தோசை போல் வார்த்து ஆவியில் வைத்து எடுக்கவும்.

இக்காய்கறி தோசையை தேங்காய் சட்னியுடனோ கொத்துமல்லி அல்லது தக்காளி

கரூர் P.R.C. கார்மெண்ட்ஸாரின்

புதுமை திட்டம் நெ. 3ன்

"புதிய இணைப்புத் திட்டம்"

1. 'இப்புதிய இணைப்புத் திட்டத்தில்' ஒரே ஒரு முறை செலுத்தப்படும் துகை ரூ.1500/-
2. இத்துகைக்கு, ஏழாவது ஆண்டு முடிவில் ரொக்கமாக திரும்பப் பெறும் துகை ரூ. 4600/- இத்துகைக்கு எங்கள் நிறுவனத்தின் Repayment Assured Card உடனடியாக வழங்கப்படும்.
3. ஏழு ஆண்டுகளில் பரிசுப் பொருட்களாகப் பெறும் துகையின் மதிப்பு ரூ. 2940/- ஆக மொத்தம் நீங்கள் இத்திட்டத்தின் மூலம் பெறும் துகை ரூ. 7,540/- (ரூ. 4600 + ரூ. 2940 = ரூ. 7,540/-)

திட்ட விபரம்

1. ரூ. 1500- ஐ D.D. அல்லது M.O. மூலம் "P.R.C. கார்மெண்ட்ஸ்" என்ற எங்கள் நிறுவனத்திற்கு செலுத்துங்கள்.
2. பணம் கிடைக்கப் பெற்றவுடன் முதல் தவணையாக, ரூ. 420/- மதிப்புள்ள கீழ்கண்ட பொருட்களில் உங்களின் விருப்பத்திற்கும், தேவைக்கும் ஏற்றவகையில், எங்கள் செலவில் பதிவுப்பார்சல் அல்லது கூரியர் சர்வீஸ் மூலம் உங்கள் விலாசத்திற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும் மீதியுள்ள ஆறுதவணைகளும் இதே போன்று ஆண்டுக்கு ஒரு முறை வீதம் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

பொருட்களின் விபரம்

பெண்களுக்கு

1. சுடிதார் செட்
2. நைட்டீஸ்
3. சிம்மீஸ்
4. உள்பாவாடைகள்

(எல்லா வயதினருக்கும் ஏற்ற அளவுகளில்)

ஆண்களுக்கு

5. பாலியஸ்டர் வாயில் வேஷ்டிகள் (8முழம்)
6. கைலிகள் (2-00 மீட்டர்)
7. பனியன்கள் மற்றும் T. Shirts

குறிப்பு :

1. இதற்கான விலை மதிப்பு பட்டியல் அவ்வப்பொழுது அனுப்பி வைக்கப்படும்.
2. எங்கள் நிறுவனம் அளிக்கும் அனைத்து பரிசுப்பொருட்களும் தரமிக்கவை ஆகும்.
3. புதுமைத்திட்டம் நெ.3ல் (31.10.1995) முடிய பயன் பெற்றுவரும் உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கை : 3799

பங்கு கொள்வீர்! பயன் பெறுவீர்!!

பணம் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி

P.R.C. கார்மெண்ட்ஸ்

26, பிரதட்சணம் ரோடு, 'ஏ' பிளாட், கரூர் - 639 002.
தமிழ்நாடு. போன் : 21946

எங்கள் நிறுவனம் 1984 - ல் பாரதப் பிரதமரின் படித்த இளைஞர்களுக்கான சுயவேலைவாய்ப்பு திட்டத்தின் கீழ் கரூர் கிளை கனரா வங்கியின் பொருளாதார உதவியுடன் துவக்கப்பட்டு செயல்பட்டு வருகிறது.

குறிப்பு :

★ நீங்கள் செலுத்தும் துகை முழுமையாக 68 ஆண்டுகளாக மக்கள் சேவையில் ஈடுபட்டிருக்கும் கரூர் 'தி லக்ஷ்மி விலாஸ் பாங்க் லிட்' ல் டெபாசிட் செய்யப்படும்.

★ மேற்படி டெபாசிட் துகையிலிருந்து எங்கள் நிறுவனத்தின் நடைமுறை மூலதனத்திற்காக (Working Capital) வங்கியிலிருந்து கடன் வசதி பெற்றுக்கொள்ளப்படும்.

★ இத்திட்டத்தில் இந்தியாவில் உள்ள அனைவரும் பங்கு பெறலாம் வெளிநாட்டில் வசிக்கும் இந்தியர்கள் இத்திட்டத்தில் பங்குபெறலாம் பரிசு பொருட்கள் மற்றும் இதர கடித தொடர்புகள் இந்தியாவில் உள்ள விலாசத்திற்கு மட்டுமே அனுப்பி வைக்கப்படும் D.D. கரூரில் மாற்றத்தக்க வகையில் அனுப்பவும்.

கரூர் P.R.C. கார்மெண்ட்ஸாரின்

புதுமை திட்டம் நெ. 3ன்

“புதிய இணைப்புத் திட்டம்”

GIFT MATERIALS - PRESENT PRICE WORTH - PER PIECE

ITEM NO. :

1. **CHUDDIDHAR SET :** (Suitable for woman above 15 year of age)
   a. Rs. 350.00 per set - 1st Quality
   b. Rs. 275.00 - do - 2nd Quality

2. **NIGHTIES : Plain and Printed Materials :**
   Size : 80 to 95 Cms. Rs. 65.00 105 to 120 Cms. Rs. 85.00 and 130 to 140 Cms. Rs. 120.00

3. **SHIMMIES : Cotton Materials :**

Size :	60 to 65 Cms. Hip : 65 Cms.	70 to 75 Cms. Hip : 70 Cms.	80 to 90 Cms. Hip : 75 Cms.	95 to 105 Cms. Hip : 90 Cms.
a. 1st Qlty.	Rs. 37.00	Rs. 45.00	Rs. 50.00	Rs. 55.00
b. 2nd Qlty.	Rs. 25.00	Rs. 30.00	Rs. 35.00	Rs. 40.00

4. **LILLY INSKIRTS :**

	Normal Size Hip : 88 Cms.	Free Size Hip : 102 Cms.	Available heights
a. Lilly Delux	Rs. 55.00	Rs. 65.00	90,95,100 &105 Cms
b. Lilly	Rs. 42.00	Rs. 50.00	90,95,100 & 105 Cms

5. **DHOTHIES : (3.70 Mtrs) :** (Product of M/s. Premier Mills. Coimbatore) :
   a. PRIM KING (Polyester) : Rs. 165.00 per single
   b. CHAKKARAVARTHY (Chiffon) Rs. 185.00 -do-
   c. SURYAVANSHI - do - Rs. 140.00 -do-

6. **LUNGIES (2 Metres) :**
   a. 1st Quality : Rs. 85.00 (b) 2nd Qlty : Rs. 60.00, and (c) 3rd Qlty Rs. 55.00

7. **BANIANS (Product of M/s. The Karur knitting Co., karur) :**

a. PRESTIGE - Super Fine - ISI :	75-80 Cms.	85-90 Cms.	95-100 Cms
RN - Sleeve - less	Rs. 33.00	Rs. 35.00	Rs. 38.00
RNS - With Sleeves	Rs. 36.00	Rs. 38.00	Rs. 41.00

b. SAFFIRE (for CHILDREN)	45-55 Cms.	60-70 Cms.
RN - Sleeve - less	Rs. 15.00	Rs. 18.00
RNS - With Sleeves	Rs. 16.00	Rs. 20.00

   c. T. SHIRTS : TIK - PIK
   Medium,Large & Extra Large (Average Price) Rs. 180.00 Per piece.

குறிப்பு :

1. மேலே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள Item No. 1 - லிருந்து 4 - வரை தங்களுக்கு தேவைப்படும் சரியான அளவுகளை குறிப்பிட்டு எழுதினால் அதன் படி தயாரித்து அனுப்பி வைக்கப்படும்.
2. பரிசுப்பொருட்களின் மதிப்புத்துகை ரூ. 420/- க்குள் இதில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பொருட்களில் எது வேண்டுமானாலும் பெற்றுக்கொள்ளலாம். ரூ. 420/-க்கு மேற்பட்ட துகைக்கு வித்தியாச துகை செலுத்தி பொருட்களை பெற்றுக்கொள்ளலாம்.
3. இந்த பொருட்களின் மதிப்புத்துகை மார்கெட் விலையை அனுசரித்து மாறுதலுக்கு உட்பட்டது.

இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன்

பொருள் : சட்னி **கடைசி தேதி : 15.12.95**

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச்சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

சட்னியுடனோ பரிமாறலாம்.

இலைவடாம் தட்டு செட் இல்லா விட்டால் இட்லி வாணலியில் கால்பாகம் தண்ணீர் விட்டு அதில் வடிதட்டை கவிழ்த்துப் போட்டு அதன் மேல் சிறிய தட்டை வைத்து தோசையைப் போல் அதில் மாவை வார்த்து மூடியால் ஆவிபோகாதவாறு மூடி எடுக்கலாம்.

— கீதா ரகுநாதன், சென்னை - 20.

ஆறுதல் பரிசு ரூபாய் 50/-

இட்லியோ இட்லி!

நம்நாட்டு இட்லிக்கு எதுவுமே ஈடாக முடியாது. அதற்காக தினமும் இட்லி என்றால் சலிப்புதான் ஏற்படும். வெள்ளைவெளேர் என்ற மிருதுவான இட்லிக்கு, நாம் கலர்புல்லாக அதே நேரத்தில் சத்தாக தொட்டுக் கொள்ள ஒவ்வொரு நாளும் வெரைட்டியாக பண்ணிக் கொடுக்கலாமே.

இட்லியில் உள்ள உளுந்தில் நிறைய புரொட்டீன் உள்ளது. அரைத்துப் புளிக்க வைப்பதால் எத்தனையோ வைட்டமின்கள் கிடைக்கின்றன. ஆவியில் வேக வைப்பதால் பல்முளைக்காத குழந்தை முதல் பல் போன வயதானவர்களுக்கும் எளிதில் சீரணிக்க முடிகிறது.

ஒரு நாள் இட்லி, தக்காளி சட்னி, கீரை

தக்காளியிலும் கீரையிலும் நிறைய வைட்ட மின்களும், இரும்புச் சத்தும் உள்ளது.

இட்லி, காரட் சட்னி, கொத்தமல்லி, புதினா தொகையல்.

காரட் கண்ணுக்கு மிகவும் நல்லது. புதினா, கொத்தமல்லி நரம்புத் தளர்ச்சிக்கு நல்லது.

இட்லி அத்திக்காய் கொத்சு, முளைகட்டிய ஏதேனும் ஒரு வகை பயறு.

முளைகட்டிய பயறுகளில் நிறைய புரொட்டீனும் வைட்டமின் பி 12ம் நிறைய உள்ளது.

இட்லி வெங்காயம், மிளகாய்ச் சட்னி, பேரிச்சம்பழ ஜாம்.

வெங்காயச் சட்னி செட்டி நாடுகளில் ரொம்பப் பிரசித்தம். ரோஜாப்பூ சட்னி என்றும் சொல்வார்கள். சின்ன வெங்காயத் தோடு அளவாக புளியும், மிளகாய் வற்றலும் உப்பும் சேர்த்து அரைத்தால், பார்க்க ரோஜாப் பூ கலரும், சுவையிலும் அதற்கு ஈடாக எதுவும் இருக்க முடியாது. வெங்காயத்தில் நோயெதிர்ப்புச் சக்தி உள்ளது.

பேரிச்சம்பழம் சோகையைப் போக்குகிறது.

இட்லி, சாம்பார், தேங்காய் சட்னி, எள்ளுப் பொடி. வெளிநாட்டவர்களையும் கவர்ந்து விடும் இந்த காம்பினேஷன்.

— எம். நித்யா, மதுரை - 19.



பராமரிப்பின்றி வாடுகிற கூந்தலுக்கு அழகுண்டோ?



குளித்தபிறகுகூந்தலில்
சிக்குகள்ஏற்பட்டால்
கூந்தல்வலுவற்றும்
பராமரிப்பின்றி
வாடுவதாகவும்அர்த்தம்.

இந்நிலைகூந்தலைசோப்பாலும், தாரணஷாம்பூக்களாலும்,மற்றசாதாரண பொருட்களாலும்கழுவுவதால்கூந்தலின்இயற்கை லன்களும்,ஈரப்பதமும்வற்றிப்போய் ஏற்படுகிறது. னவேசிக்குகளைசீப்பால்சீவிஎடுக்க முயற்சிக்காதீர்கள்.அதனால்வலுவற்றமுடிகள் டைந்துபோகக்கூடும்.அதற்குப்பதில்கூந்தலுக்கு அளியுங்கள் :

புதிய ஸன்ஸில்க் ஆஃப்டர்வாஷ் கண்டிஷனர் கூந்தலுக்கு விசேஷ ஊட்டு

புதியஸன்ஸில்க்ஆஃப்டர்வாஷ்கண்டிஷனர் சிக்குகளைஇதமாய்விடுவித்து,கூந்தல் சேதமடைவதிலிருந்துபாதுகாக்கும்.

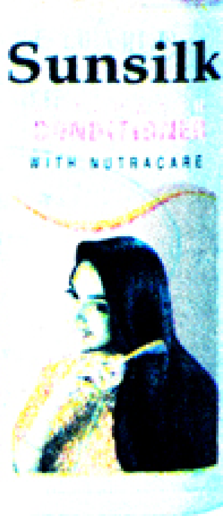
கூந்தலை கழுவிய பிறகு ஈரக்கூந்தல் முழுவதும் ஸன்ஸில்க் ஆஃப்டர்வாஷ் கண்டிஷனரை டவவும். நுரைவராது இரண்டுநிமிடம்நியூட்ராகேர்நலன்களைகூந்தல் டுக்கவிடவும்.

பிறகு,அலசவும்.நன்குபராமரிப்புபெற்றகூந்தல் தாட்டால்வழுவழுப்பாகஇருக்கும்.டவலால் வட்டி,லேசானஈரத்தில் வவும்,பிறகுவழக்கம்போல் ாயவைக்கவும்.

ஸன்ஸில்க்ஆஃப்டர்வாஷ் லன்கள்கழுவியபின்னரும் ண்டநேரம்தங்கும்.அதனால் ங்கள்கூந்தல்சிக்குகளற்றும், லுவாகவும்இருக்கும். தமாய்தழுவும்மென்மை, துவரைக்கண்டிராதஅழகுடன் ழும்கூந்தலைப்பெறநேரம் ந்துவிட்டது.

2/-விலையுள்ளசிக்கனமான ஷேயைபயன்படுத்திப்பாருங்கள்.







ஸன்ஸில்க் ஆஃப்டர்வாஷ் கண்டிஷனரில் நியூட்ராகேர் உள்ளது.

"இதமாய் தழுவும் மென்மை இதுவரைக் கண்டிராத அழகான கூந்தல்."

திருமண மலர்

மணமகள் தேவை

● வடமாள், பாரத்வாஜ, அனுஷம், முறையாக விவ்லங் கமில்லாமல் விவாகரத்து பெற்ற சி.ஏ., 42/155 தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை, சம்பளம் ரூ. 10,000/- வரனுக்கு அதே பிரிவைச் சேர்ந்த அழகான, அடக்கமான, படித்த வேலைக்குச் செல்லாத பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் அனுகவும். பெட்டி எண் : 12138

● பட்டதாரி, தொழில் அதிபர், இந்து நாடார், வயது 45, இளமையான தோற்றம், சிவந்த நிறம், மாத வருமானம் ரூ. 25000/-க்கு மேல். விவாகரத்து ஆகி நல்ல நிறமும் கொண்டவர்க்கு, நல்ல அழகும் குணமும் உள்ள பட்டதாரி பிராமண பெண் தேவை. ஜாதி மதம் எதிர் பார்ப்பு இல்லை. விதவை, விவாகரத்து ஆனவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 12210

● Alliance invited from employed Iyengar girls working in State/Central Govt., Bank, L.I.C./G.I.C. for Thengalai, Koundinya, Bharani, 36, 165, 4500 employed in L.I.C. at Madurai. Box No. 12211

● ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், பாரத்வாஜ கோத்திரம், ரேவதி நட்சத்திரம், நல்ல சிகப்பு, 177 செ.மீ., 30 வயது, பி.எஸ்ஸி., பப்ளிக் லிமிடெட் கம்பெனி, 3000/- மணமகனுக்கு டிகிரி படித்த, வேலைக்குப் போகும் (அ) போக விருப்பமுள்ள மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 12212

● Iyer, Ashtasahasram, Vadula, Moolam, 4th padham, very fair, 35, 5'9", Rs. 2500/- company employed, Madras graduate employed girl preferable send horoscope bio-data details. Subsect no bar. Box No. 12213

● தமிழக அரசில் வேலை பார்க்கும், மற்றும் மாதம் ரூபாய் மூவாயிரத்திற்கு மேல் வாடகையாக வரக்கூடிய ரூபாய் ஏழு லட்சத்திற்கு மேல் பெறுமானம் உள்ள சொத்துக்கள் உடைய 45 வயதுடைய இந்து முதலியார் வகுப்பைச் சேர்ந்தவருக்கு, அரசில் வேலை பார்க்கும் குழந்தையுடன் விதவையான பெண் தேவை. ஜாதி மத பேதம் இல்லை. விதவை, கணமுற்றோரும் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 12214

● தஞ்சாவூர் கள்ளர், 30, திருவாதிரை, எம்.காம்., 5'.4", ரூ. 5400/- டெல்லியில் நிரந்தரப் பணியிலுள்ள பையனுக்கு டெல்லியில் பணியிலுள்ள, (அ) பட்டப் படிப்பு (கருக்கெழுத்து தெரிந்திருத்தல் நலம்) அழகும், நிறமுள்ள 25 வயதுக்கு மேற்படாத மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12215

● Alliance for Keralite Vadama, Srivatsam, Avittam, 38, employed Private Company, Bombay seeks Keralite Palghat girls preferably graduate., boy is having two sisters elder one elder brother. Box No. 12216

● Pooram, 5'2", Brahacharanam, Bharatwaja Gothram, Iyer Boy aged 27 years, B.Sc., working at Madras, salary 6000/- (Central Govt) I.T.O. seeks beautiful, Central/State Govt. employed girls. Apply with horoscope to Box No. 12217

● *சௌராஷ்டிரா 32/160/5000 பி.காம்., மாநிறம், ஜாபாலி* கோத்திரம், ஆயில்யம் நட்சத்திரம், நிரந்தரமாக சென்னையில் மத்திய அரசு வேலையிலுள்ள பையனுக்கு படித்த வேலையிலுள்ள/வேலையில்லாத நல்ல தோற்றமுடைய சௌராஷ்டிர மணமகள் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 12219

● ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், மகம், பி.யு.சி., வயது 39, உயரம் 5'4", சுயதொழில் செய்யும் வரனுக்கு மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 12220

● வடமாள், வாதூலம், ஸ்வாதி, 35, 160 செ.மீ., புதுக் கோட்டையில் 5000க்கு மேல் வருமானம் உள்ள உயர் குடும்ப தொழிலதிபருக்கு நல்ல குடும்பப்பாங்கான வேலை அவசியம் இல்லாத பட்டதாரி பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 12221

● Iyer, Srivatsa, Aswini, M.Sc., M.Phil., Chief Chemist, clean habits, fair, 38, 5'.5", Rs. 2 laksh/PA, divorce without encumbarance. wants understanding supportive, educated girl from respectable family. Horoscope details to Box No. 12222

● Iyer, Brahacharnam, Kaundinya, 33 years, 5'.6", fair, post-graduate, Executive Reputable firm, Aurangabad based, widower with cute 2 years girl child, wanted fair graduate upto 29 years, bride decent family status. Simple marriage. send horoscope with details. Apply to Box No. 12223

● Alliance invited from Vathima, Vadama girls for Vathima Boy, 32, Haritha, Uthirattadhi, 155, Rs. 15,000 p.m. S.S.L.C. owns a flat hails from reputed family. Box No. 12224

● Wanted Sowrashtra bride for a Sowrashtra (Thasori) Boy, privately working as Store Executive in reputed compnay in New Delhi, age 28, tall 5'.5", slim. Contact to Box No. 12225

● ஐயர், வடமதேசியாள், கௌதம கோத்திரம், உத்திரம் நட்சத்திரம், வயது 29, உயரம் 5'.8", பி.காம்., அதிக வருமானம் உள்ள சொந்தத் தொழில் செய்யும் கௌரவமான, வசதியுள்ள குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகனுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த அழகான மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 12226

● போயர், நெல்லங்குளம், பூராடம், 4-ல் செவ்வாய் புதன், 28 வயது, 165 செ.மீ., பி.ஏ., ரூ 6000/- முன்னணி பொதுத் துறை நிறுவனத்தில் உதவி மேலாளர், அழகான, நல்ல வசதியுள்ள, சற்று பருமனுள்ள ஆணுக்கு, அதே இனத்தில், சற்று வசதியுள்ள, நல்ல அழகுள்ள பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 12228

● Kerala base Iyer, Vadama Boy, Haritha Gothram, Kettai, 170/33/6000 B.Com., AICWA, employed good Co., handsome, teetotaller, seeks good-looking, graduate bride preferably Keralites. Subsect no bar. Box No. 12230

● தெலுங்கு தேவாங்கர் ரேவதி நட்சத்திரம், பிரிங்கி மகரிஷி கோத்திரம், 27, 5'.11", சென்னையில் இந்திய அளவிலான தனியார் கம்பெனியில் கேஷியர், மாத வருமானம் 4000/- அதே இனத்தில் அழகிய குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 12231

● Tamil Iyer, Central Government, Kaundinya, Bharani, 28, 5'.7", invites alliance fair girl employed Government/ Bank. Box No. 12232

● சுக்லயஜுர், பாரத்வாஜ கோத்திரம், வயது 32, உயரம் 5.7 கோவையில் தனியார் நிறுவனத்தில் நிரந்தர வேலை மாத வருமானம் ரூ. 2000/- சம்பாதிக்கும் வரனுக்கு 26 வயதுக்குள் குடும்பப்பாங்கான அழகுள்ள வேலைக்குச் செல்லும் தகுதியுள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 12233

● வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், நல்ல நடுத்தரக் குடும்பம், புனர்பூசம், 34, 172 செ.மீ., பி.காம்., 3000 தனியார் நிறுவனம், நிரந்தர முதலீடு, நற்குணங்கள் கொண்ட மணமகனுக்கு தகுந்த பெண் ஜாதகம் வரவேற்கப்படுகிறது. பெட்டி எண் : 12234

● Alliance invited for Vadamal, Kausikam, Swathi Mars in 8th place, Iyer 35, B.A., 180 cm, Rs. 4000/- Sales Executive in Textile Co., from educated preferably employed girl above 5'.2". Box No. 12235

● வடமாள், நைத்ருபகாஸ்யபம், அவிட்டம், 3500, 168 செ.மீ., 33 வயது, மணவாழ்க்கையில் விருப்பமில்லாத பெண்ணை மணந்து ஒரே வாரத்தில் சட்டபூர்வமாக விவாகரத்து பெற்ற மத்திய அரசில் வேலை பார்க்கும் இளைஞருக்கு வேலை பார்க்கும் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12236

● ஐயர், பிரஹசரணம், கௌசிக, அனுஷம், 28 வயது, டி.எம்.ஈ., 5.3", சென்னையில் தனியார் நிறுவனத்தில் உதவி மேலாளராக 5600/- வரனுக்கு வேலைக்குப் போகாத குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரி மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் அணுகவும். பெட்டி எண் : 12237

● Age 30, Kousika, Vadama Brahmin, Bharani, wheat complexion,, 5'.11", B.A., Executive, Aspinwall & Co., Ltd., Bangalore (Shipping Company). Rs. 6000 and above. seeks bride. Box No. 12238

● Brahacharanam, Koundinyam, Tiruvonam, 31/168, CA, ICWA, ACS, working as Senior Accounts Officer in a big concern boy require a suitable well qualified girl. Early marriage. Apply with horosope to Box No. 12239

● பிராமின், வடமாள், (உட்பிரிவும் ஏற்கப்படும்), கௌசிக கோத்திரம், வயது 31, 5'.6", பி.எஸ்ஸி., ஜி.ஐ.சி.யில் (மாதம் ரூ. 6000/-) வேலை பார்க்கும் வரனுக்கு. உத்தியோகத்தில் உள்ள (வங்கி, எல்.ஐ.சி. மத்திய அரசு) குடும்பப் பொறுப்புள்ள மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12240

● Alliance invited for Brahacharanam boy 27 years, 166 cms, Kousika Gothram, Star Rohini, working as Executive in a Foreign Company in Madras. Salary Rs. 6000/- p.m. Subsect no bar. Apply to Box No. 12241

● Alliance for well to do Iyengar Boy 32, 180 Bharadwajam Doctor, D-Ortho doing DNB in Leading Hospital, Madras. Doctors prefered. Box No. 12242

● வடமாள், பாரத்வாஜம், தமிழ் ஐயர், பூரட்டாதி 4-ம் பாதம், வயது 31, 165 செ.மீ., உயரம், மாநிறம், பி.காம்., தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 12244

● Wanted suitable bride for Palghat Iyer Boy 39 years, Star Pooram, Bharadwaja Gothram, having own business in Calcutta. No dowry. Correspond with full details of girl & family to Box No. 12245

● Alliance invited for Hyd. Based boy Vadama, Atreya, Krithikai, Tamil Iyer, M.Com., ICWA Inter, Central Govt. 24/178/4600 from Railway, Bank, Central Govt. employed girl. Apply with Bio-data. Subsect accepted. Box No. 12246

● வடகலை, ஸ்ரீவத்ஸம், பி.காம்., 5'.8", மாநிறம், 5000க்கு மேல் வருமானம், குஜராத் ஸ்டேட், ஜாம் நகரில் வேலை செய்யும், வயது 34, (பிரைவேட்டில்) வேலை விட்டுவேலே அக்கறையுடனும் செய்யும் பையனுக்கு தகுந்த பெண் தேவை. உடனே தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 12247

● Alliance for Bangalore based, Ashtasahasram, Athreya, Aswini Boy, System Analyst, M.Sc., (Computer) 29. 158, 10,000 from Bangalore employed girls only MSc.,/MCA/Computer professionals. Subsect acceptable. Box No. 12248

● Vadama, Kousika Gothram, T.Veli, Iyer, B.sc., working as Sales Officer in a Pvt. Company at Madras. Drawing Rs. 4000/- height 5'.8", seeking graduate employed/ unemployed girls. Subsect no bar. Box No. 12249

● விஸ்வகர்மா, தெலுங்கு, அரசாங்க வேலை பி.ஈ., 5'.9", 7800, வயது 40, (looking young) குழந்தை இல்லாதவருக்கு. இரண்டாம்தாரமாக மணமகள் தேவை. எஸ்.எஸ்.எல்.சி. வரையாவது படித்திருக்க வேண்டும். ஜாதி பேதமில்லை. குழந்தையில்லாத விதவைகளும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 12250

● மாத்வா, தேசிஸ்தா, கௌண்டின்ய கோத்திரம், புனர்பூசம், வயது 32, தமிழ்நாடு அரசுப் பணியிலிருக்கும் வரனுக்கு. வேலைக்குச் செல்லும்/செல்லாத பட்டதாரி பெண் தேவை. தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 12251

● வடமாள், கௌசிக, பூரட்டாதி, மெட்ரிக் வரை படித்த 28, 5'.7", 3000, சொந்த வீடுடைய துர்வழக்கங்கள் இல்லாத டெல்லியில் நிரந்தர வேலையில் உள்ள பையனுக்கு 20-25 வேலைக்குப் போகும் போகக்கூடிய மணமகள் தேவை. ஏழை உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 12252

● Wanted L.I.C., Bank, or Central Government employed girl for Telugu Brahmin Boy, Mulaganadu, Kasyaba employed I.C.F., 'A' grade change man 27/5000/175 cm, fair, clean habits, Subsect no bar. Box No. 12254

● Iyer, Vadama, Kousika, 29/177 cms, M.Tech. (IIT) Class I, Central Government, Ahmedabad seeks Doctor girls only. His brother, Visakam, 27, 177 cms, M.Com., Central Government Rs. 4000, Cuddalore seeks LIC, Bank employed girls. Box No. 12255

● B.Sc., 42, Kousika Iyengar, 5'.6", Decently divorced, after three months marriage, no encumbrance, employed Ordnance Factory, own flat Pune, seeks decent Brahmin family girl for peaceful life. Box No. 12256

● Wanted domestically trained, home loving, good-looking girl for Iyengar, graduate Boy 35/167/5200 (divorcee no issues). no dowry. very simple marriage. Alliance from Madras prefered. Please reply to Box No. 12257

● Vadamal, Haritha, Pooram, 41, 175 cms, fair, M.Sc., SAS., Central Govt. Officer, seeks graduate, employed/ unemployed girl. Sub-sect no bar. Immediate decent marriage. Contact with horoscope and full family details to Box No. 12258

● தமிழ் விஸ்வகர்மா, 38, 172 செ.மீ., ரூ. 3500/- பூர நட்சத்திரம், முதுகலைப் பட்டதாரி, மத்திய அரசுப் பணி, சென்னையில் வேலையிலுள்ள பட்டதாரிப் பெண் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 12259

● Vadamal, Vadoolam, Uthiram, 180 cms, 31 years, graduate, handsome, fair groom employed in NDDB Anand seeks graduate girls, good-looking and accomodative. Reply with horoscope to Box No. 12260

● Arya Vysyar Chettiar, Suriyakula Gothram, Star Moolam, 31/5'7"/+2, passed Eng. and Tamil Typewriting/ working as Planning Development Officer in TVS Tyres/ salary Rs. 3600/- looking for employed/unemployed girl of

திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்யக் கட்டணம் ரூ. 100/- தொகையை, 'மங்கையர் மலர்' பெயருக்குச் சென்னையில் மாற்றலாகக்கூடிய டிமாண்ட் டிராப் டாக மட்டுமே அனுப்ப வேண்டும். மணியார்டரோ, போஸ்டல் ஆர்டரோ ஏற்றுக் கொள்வதற்கில்லை. ஒரு விளம் பரத்தில் ஒரு வரனுக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்பவர்களின் விலாசங்களைக் கொடுப்பதற்கில்லை. விளம்பரங் களுக்குப் பதில் அனுப்புபவர்கள், 'விளம்பரதாரர், பெட்டி எண் : C/o. மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 097' என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும். தபால் பெட்டி எண்ணிற்கு வரும் கடிதங்களை அதற்குரிய விலாசத்திற்கு 15 நாட்களுக்கு ஒருமுறை அனுப்பி வைக்கப்படும். தபால் செலவிற்குத் தனிக் கட்டணம் எதுவும் கிடையாது. இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண்களுக்குப் பதில்கள் ஜனவரி '96 31-ஆம் தேதிக்குள் எங்களுக்கு வந்து சேர வேண்டும். திருமண தகவல் நிலையங்கள் அனுப்பி வைக்கும் தபால்களை எங்கள் அலுவலகம் ஏற்றுக் கொள்வதில்லை. தனிப்பட்ட எந்தக் கடிதப் போக்குவரத்தும் கிடையாது.

same community. Apply with horoscope and full family details to Box No. 12262

● Alliance invited for Teluguniyogi Bharadwajam, Mirughashirsam 29, 5'.6"/4000/+2. Public Ltd Co., as Officer employed/unemployed. Send horoscopes and details to Box No. 12263

● Thirunelvelli Saiva Vellala Pillai, Madras City based Bank Officer, Non-transferable from Madras City, age 40, 165 cm, Rs. 10,000/- per month, clean habits, bachelor seeks good-looking girl preferably working in Reputed School as Science P.G. Assistant or with P.G. Qualification (Science) from the same caste. Box No. 12264

● Horoscopes inivted from fair, graduate, employed girls for Vadama, Srivatsa, Tiruvadirai (Mars in 4th house) Iyer Boy. 28 years/167 cms employed as Computer-in-charge of a Recognised Institution at Belgaum. Salary Rs. 4500/- Reply to Box No. 12266

● Brahacharanam, Kasyaba Iyer, Revathi, 30/185/B.Com., Dev. Officer L.I.C. seeks gradaute/fair, employed girl preferably L.I.C., GIC, Bank transferable. Correspond with horoscope family particulars. Subsect acceptable. Box No. 12268

● Alliance invited from graduate, Vadama girl, preferably employed for Iyer groom, Vadoola Gothram, Poorattadhi 42/180/4000 employed in State Govt. at Madras. Reply to Box No. 12270

● சைவ வேளாளர் இனம், வயது 34, 6' உயரம், ரேவதி நட்சத்திரம், சென்னையில் Central Govt. undertaking வேலை. மாத வருமானம் ரூ. 5000/- நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பையனுக்கு சென்னையில் வேலையில் இருக்கும் அல்லது மாற்றம் பெறக்கூடிய பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 12271

● Vadagalai Iyengar Boy, Sirvatsa Gothram, Star Pushyam 26 years, 173 cms, DME (AMIE), Central govt. 3500/- clean habits seeks. homely educated girl from decent family. Reply with horoscope to Box No. 12272

● திருநெல்வேலி சைவ பிள்ளை, 30, 180 செ.மீ., 3500/ - (எம்.ஏ. கரஸ்பாண்டன்ஸ் கோர்ஸ்) மாநில அரசில் பணிபுரியும் மணமகனுக்கு, உயரம், நல்ல தோற்றம் உள்ள சென்னையில் நிரந்தரப் பணியிலுள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 12273

● Kammavar Naidu, B.Com., MBA, 31 years, 6 feet, Medium complexion, Punarpoosam, Working as Junior Sales Officer in a Public Limited Company at Coimbatore, Salary Rs. 60,000/- per annum seeks a bride from same community around 25 years should be graduate, preferably employed. Send horoscope & full family details to Box No. 12274

● வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், பூசம், 32, 5.4, 5250/- மாத வருமானம், சட்டம் படித்து மல்டிநேஷனல் கம்பெனியில் லீகல் ஆபீசராக, பெற்றோர், தம்பியுடன் இருக்கும் வரனுக்கு, செவ்வாய் தோஷமில்லாத, சென் னையிலோ, சென்னைக்கு மாற்றலாகக்கூடிய, வேலை யிலிருக்கும் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 12276

● வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், படிப்பு பி.எஸ்ஸி., வயது 38, உயரம் 172 செ.மீ., மாத வருமானம் ரூ. 4000/- சென்னையில் ஒரு வீடு மற்றும் அச்சக உரிமை யாளருமான, இவருக்கு ஏற்ற மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12277

● ஆத்ரேய கோத்திரம், ஹஸ்தம், 17.5.1970, 6 அடி உயரம், பெங்களூரில் தனியாரது நிறுவனம், டெக்னிகல் டிபார்ட்மெண்டில் தாயார் இல்லாத ஜாதகருக்கு அழகான, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. சம்பளம் ரூ. 6000, 7-ல் செவ்வாயோடு சூர்யன், பெங்களூர்வாசிகள் முதலி டம். வேலை தேவையில்லை. ஜாதகம் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 12278

● Karuneegar, 25/165, M.E., 5500, Lecturer, handsome, excellent family, background seeks suitable bride. Box No. 12279

● Iyengar, Naidruvakasyapa bachelor, 44/180 cm youngish, good-looking, fair, healthy, Senior Manager, Nationalished Bank, with clean habits seeks healthy, fair, handsome, home-loving, educated girl around 36 from good family. Box No. 12280

● வடகலை, பாரத்வாஜ கோத்திரம், உத்ரம், பட்டதாரி, வயது 30/170 தேசிய வங்கியில் ஆபீஸர் சம்பளம், 8000/ - வில்லங்கமில்லாத விவாகரத்து ஆனவர். சொந்த வீடு உள்ளவர். நல்ல குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரி பெண் தேவை. விதவை, விவாகரத்தானவர் விண்ணப்பிக்க வேண்டாம். பெட்டி எண் : 12281

● வடகலை கௌசிகம், சித்திரை 3-ம் பாதம், செவ்வாய் தோஷமுள்ள தனியார் நிறுவனத்தில் உள்ள ரூ. 3000/- பையனுக்கு நிரந்தர வேலையிலுள்ள மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12283

● அஷ்டசகஸ்ரம், சௌனக கோத்திரம், கிருத்திகை நட்சத்திரம், வயது 32, உயரம் 6 அடி, பி.ஏ. பிர்லா குரூப்பில் டில்லியில் பணிபுரியும் மாத வருமானம் 6000 உள்ள பையனுக்கு படித்த வேலைக்குப் போக விரும்பும், போகும் பெண் ஜாதகம் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 12285

● வயது 30, சிகப்பு நிறம், மாத வருமானம் ரூ. 4000/ - சொத்து மற்றும் எல்லா வசதிகளும் உண்டு. தமிழ் பேசும் முஸ்லிம். இவருக்கு நல்ல சிவப்பு நிறத்தில்

அழகிய தோற்றமுள்ள குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 12311

● நாயக்கர், வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், 32, 165 செ.மீ., M.Sc., ICWA, Inter மிருகசீரிடம், ரிஷபம், பிரைவேட் கம்பெனியில் மாதம் ரூ. 3000/- பெறும் வரனுக்கு ஆசிரியர் (அரசு) வேலையிலுள்ள பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 12344

● Vanniyakula Kshtriya, B.Tech., M.S., Ph.D., post Dcotral Fellow U.S.A. visiting faculty Japan - doing projects in Bio-Medical Engineering for Government of India at Madras. 36/172/9000 Seeks fair M.B.B.S., bride to Box No. 12353

● Saiva Pillai, Advocate, Madras 29/168 only son, small cultured family, prospective horoscope well settled own house with commercial site, highly related seeks, suitable alliance from respectable family. Box No. 12362

● சைவ வெள்ளாளர், பூரட்டாதி, பிரெஞ்சு பிரஜை(இருவரும்) வயது 37/35 வசதிமிக்க சுயதொழில் செய்யும் வரன்களுக்கு அதே இன சைவ மணமகள்கள் தேவை. விருப்பமுள்ளவர்கள் திருமதி. P. பழனிராஜா, 103, சக்தி மயில் நிலையம், கருவடிக்குப்பம், பாரதி நகர், பாண்டிச்சேரி.

● ஆயில்யம், ஹரித கோத்திரம், பிரஹசரணம், 25 வயது, 5'.6'', கம்ப்யூட்டர் எம்.சி.எம். படித்து அமெரிக்காவில் எம்.பி.ஏ. படித்துக் கொண்டு வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு பி.ஈ., கம்ப்யூட்டர் சயின்ஸ், எம்.சி.ஏ. படித்த 23 வயதுக்குட்பட்ட மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் அனுப்பவும். முகவரி : எம். சீனிவாசன், 11, ஸ்டேட் பேங்க் கந்தர் நகர், கிராப்பட்டி, திருச்சிராப்பள்ளி – 12.

● தமிழ் ஐயர், பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், பூசம், 42/153/3500 மத்திய அரசு (UPSC) டெல்லியில் வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு டெல்லியிலேயே அரசில் பணிபுரியும் தகுந்த வயதுடைய பெண் தேவை. முதல் திருமணமே. நேரிடையாகவோ, கடிதம் மூலமாகவோ தொடர்பு கொள்ளுங்கள். முகவரி ; என். சுந்தரேசன், நெ. 8, 25-வது தெரு, சங்கர் நகர், பம்மல், சென்னை – 600 075.

● ஐயர், அஷ்டசகஸ்த்திரம், காசிப கோத்திரம், பூர நட்சத்திரம், வெளிநாட்டில் பிரிண்டிங் மேனேஜர் வேலை. சம்பளம் மாதம் ரூ. 25,000 பிறந்த தேதி 16.3.1948. விவாகரத்து பெற்ற அத்தாட்சியுள்ள மணமகனுக்கு குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. 17.12.95 தேதிக்குள் நேரில் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : வெங்கடேசன், 29 D, புத்தர் தெரு, கிழக்குத் தாம்பரம், சென்னை – 59.

● வெள்ளாளர், வயது 39, பி.யு.சி. சொந்தத் தொழில் முற்போக்கான நல்ல குணம், தாய், தந்தை இல்லை. வருமானம் ரூ. 3000/- திருமணம் ஆகாத மணமகனுக்கு அன்பான உள்ளமும் ஓரளவு வசதியும் உடைய விதவை மணமகள் மட்டும் தேவை (குழந்தை இருந்தால் நலமே). ஜாதி, மதம், ஜாதகம் தேவையில்லை. வெளிநாட்டில் உள்ளவர்களும் தயக்கமின்றி தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : G. Rajasekaran, C/o. P. Ponnusamy, 2/4 Keelapadugai & Post, Pulivalam Via, Tiruvarur TK, Pin : 610 109.

● Wanted alliance for Iyer Boy, Vadamal, Bharadwajam, Pusam, B.Com., 30/165/4000 employed in reputed Private Ltd., Co., subsects no bar. Interested parents of educated employed/unemployed, slim, domestically trained girls please contact with horoscope and family details to K. D. Mahadevan, 263, 'ANAND', 6th Block, 6th Main, Vidyarangapura, Bangalore - 560 097.

● Tanjore Viswakarma Tamil, 40/165/3500, B.Sc., M.A., B.Ed., FCWA(I), PGDBA, PGDPM, D.L.L., doing M.Phil., employed as Assistant Quality Inspector in Tamil Nadu Civil Supplies Corporation. seeks suitable alliance. Contact: S. Sargunam, Thippanampet, 103, Pudukkudy - 612 610.

● 27 வயது, 5'.10'', M.B.A. Marketing Officer, Pune, Medium Complex, well built, கௌதம கோத்திரம், வடமாள், பூரம் பையனுக்கு பட்டதாரிக்கு குறையாமல் படித்து வேலையில் உள்ள பெண் தேவை. பையனுக்கு கையில் காலில் மட்டும் வெள்ளைத் தழும்பு உள்ளது. வம்சத்தில் இல்லை. நல்ல குடும்பம், அண்ணன், தம்பி நல்ல படிப்பு. No demand. முகவரி : Mrs. Saranathan, 64/7 Masulkar Colony, Pimpri, Pune - 411 018.

● பிரஹசரணம், ஐயர், ஹரித கோத்திரம், சித்திரை நட்சத்திரம், 29 வயது, 165 செ.மீ., பி.காம்., பப்ளிக் லிமிடெட் கம்பெனியில், (பெனிபிட் ஃபண்டு), டைரக்டர் ஆக இருக்கும் மணமகனுக்கு அதே சமூகத்திலிருந்து, குடும்பப்பாங்கான படித்த பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : கே. ஸ்ரீனிவாசன், கே.ஏ.எஸ். நகர், 3-வது கிராஸ் கோர்ட் ரோடு, சேலம் – 636 007.

● Srivatsa Moolam, second Patham, Brahacharanam, V.fair, 34, 165, B.Com., Nationalised Bank, 5000, invites graduate employed/unemployed girls. Send horoscope to N.K. Hariharan, Plot No. 2, House No. 89. Gayatri Nagar, Dr. Rajendra Prasad Road, Hastinapuram, Chrompet, Madras - 600 064.

● கார்காத்த சைவப் பிள்ளை, 30, 171 செ.மீ., கேட்டை, வசதியான குடும்பம், எம்.டி. முடித்து பிரைவேட் பிராக்டிஸ் செய்யும் பையனுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த எம்.பி.பி.எஸ். அல்லது மருத்துவ மேற்படிப்பு படித்த குடும்பப்பாங்கான, வசீகரமான, வசதியான பெண் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : Dr. K. Kodi, Skin Specialist, C-128, 5th Cross Road, Thillainagar, Tiruchy - 18.

● Palakkad Iyer Boy, Post-graduate, 34/4'.10'', Affluent & Propertied in Madras, wholesale Pharma Business, Invite porposals from parents of Non-koundinya graduate girls, preferably unemployed. Reply to V.K.S. Krishnan, 11, South Beach Avenue, M.R.C. Nagar, Madras - 600 028. (Ph: 493 7709)

● சோழிய வேளாளர், 29, பி.காம்., தனியார் துறையில் ரூ. 2500 சம்பளம் வாங்கும் தெய்வபக்தியுடைய வரனுக்கு, சென்னையில் வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள், முதலியார் வகுப்பு ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். முகவரி : Smt. Bhuvaneswari Ganesan, C/o. Sri. A. Ganesan B.A., Advocate, Paramakudi - 623 707.

● Iyer, Vadama, Vathula Gothram, age 27, height 5.8'', colour medium, +2, Swathi, working in Private firm, salary Rs. 1500/- wanted Iyer educated, employed/unemployed girl. Subsect no bar. Contact : K.S. Viswanathan, 177/5, APHB Colony, Bhavanipuram, Vijayawada - 12.

● ஸ்மார்த்த, வடமாள், ஹரித, சித்திரை, 30, 169 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., 3200, பங்களூரில் வருமான வரித் துறையில் பணியாற்றும் ஆணுக்கு வேலையிலுள்ள (பங்களூரில்) அல்லது மாற்றம் பெறக்கூடிய பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் அனுப்பவும். முகவரி : ராமபாஸ்கரன், 157, வீரப்பபுரம், கல்லிடைக் குறிச்சி – 627 416

● Vadamal, Gargaya, Thiruvonam, 27, 172, B.Com., 5000 Sales Officer, handsome Boy seeks graduate, Madras employed below 24 beautiful girl. Reply with horoscope CNV Subramaniam, 34, West Nanjaya Street, Karur - 639 001. Phone : 40167.

● Iyer boy, graduate, Convent educated, Commercial Assistant, Tata Telecom, Ahmedabad, Owning flat, 29/

167/3500 Brahacharanam, Sankriti, Pooraruttadi. Contact M.K. Hariharan, BE/181 SFS Flats, Opp. Miramodel School, Janakpuri, New Delhi - 110 058.

● வயது 29, உத்திரட்டாதி (பி.காம்.,) திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளை, தனியார் துறை, கோவை தனியார் துறையில் நிரந்தரப் பணியில் இருக்கும் ரூ. 3000/- அதே இனத்தைச் சேர்ந்த அரசு/தனியார் துறை நிரந்தரப் பணியிலிருக்கும் மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : வி. சுப்பிரமணி, பிளாட் 43, நந்தி நகர், கீழ்கட்டளை, சென்னை - 601 303.

● இந்து நாடார், 29 வயது, 5'.4", ரோகிணி, டி.எம்.ஈ., படித்து தனியார் கம்பெனியில் மாதம் ரூ. 3,500/- சம்பாதிக்கும் மணமகனுக்கு அதே இனத்தில் நல்ல அழகான குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. முகவரி : கே. கார்த்திகேயன் நாடார், பள்ளிப்பேட்டை, அச்சிறுப்பாக்கம் அஞ்சல், மதுராந்தகம் தாலுக்கா, செங்கற்பட்டு, எம்.ஜி.ஆர். மாவட்டம்.

● அகமுடையார், படிப்பு பி.ஏ., வயது 30, உயரம் 175 செ.மீ., நிரந்தர உத்தியோகம், மாத வருமானம் 4300/- ரூபாய் மணமகனுக்கு ஏற்ற மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முகவரி : ஏ. தக்ஷிணாமூர்த்தி, B-5/24, கே. கே. நகர், மதுரை - 625 020.

● Naidu girl, very fair, beautiful, slim, required from respectable family, subsects no bar for Kamma Naidu, Engineer Boy, 29/174 cms/B.Tech (Mechanical Engg) Railways (Secunderabad), 5500p.m. details write to M.R. Naidu, 5-41/18, Raja Rajeswari Nagar, Old Bowenpally, Secunderabad - 500 011.

● Vadama, Srivatsa 28/170 Magam, B.E. M.S. U.S.A., Software Engineer employed in U.S. NY. seeks alliance from fair, looking girl, employed in Computer projects with qualification in B.E. M.S. U.S.A., or India. Contact : S. Balagangadhar, 3002/1, Muniyappa Bldgs, Marriyappnapalaya 2nd Main Road, 'C' Block, Bangalore - 560 021. Phone : Resi. 3327865

● சைவ பிள்ளை, DEE, BE, 29/5'4", 4000. JE நெல்வேலி, மாநிறம் உள்ள மணமகனுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகள் தேவை. பெண் படித்தவராகவும், லட்சணமாகவும், சிவப்பாகவும் இருப்பவர் மட்டும் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : எம். சுப்பிரமணியன், 35 வி உமாபதி மடம், கொத்தன்குடி தோப்பு, அண்ணாமலைநகர் - 608 002.

● Tamil Iyer, Vadamal, Vashtra Gothram, Chitra 4th patham, working Railway, 160cm/32/4000 seeks Vadamal, graduate fair looking employed girl State/Central or reputed firm. Contact : R. Chelliah, 15, Chitalapakkam, II Main Road, Tambaram Sanotorium, Madras - 47.

● Alliance invited for Vadamal, Kaundinya Poosam groom, batchelor graduate 36/4.5", handicapped (short in stature) Rs. 5000/- Officer in Central Govt. Enterprise. Subsect acceptable. Send details & horoscope to N. Krishnamurthy, No. 1, Krishnajee Sukkal Street, Venkatapuram, Ambattur, Madras - 600 053.

● Vadama Bharathwaj, M.Sc., 165 cm, 31, Rs. 3000/- Hastham Promoter of a Pvt. Ltd., Company in Madras looks for suitable alliance. Subsects no bar. Contact : Mr. S. Subramaniyam, W-59 B, Kovaiputhur, Coimbatore - 42 with horoscope. Ph : 807629.

● Arcot Mudaliar, 28/162/4000, PGT, employed, Arunachala Pradesh, State Government School, seeks bride, fair PG/Graduate with B.Ed., Contact with horoscope to K. Devarangam, 8, Kosa Street, Vandavasi - 604 408.

● Alliance invited from Non-Athreya graduate employed in Bank, LIC, reputed Govt. Public Sector for Palghat Iyer girl, Vadama Maham, first padam, 25/160. Contact : P.S. Narayanan, 18A, Street 12, Sector - 1, Bhilai - 490 001. (M.P.).

● திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளை, பி.எஸ்ஸி., டிப்ளமோ இன் கம்ப்யூட்டர் அப்ளிகேஷன்ஸ், விசாகம் 28/160 அபுதாபியில் கம்ப்யூட்டர்ஸ் மார்க்கெட்டிங் மேனேஜர் மணமகனுக்கு அதே இனத்தில் படித்த பெண் தேவை. சுப்பிரமணியன், 2, சீனிவாச ரெட்டி தெரு, தி. நகர்., சென்னை - 17.

● Alliance invited from parents of good-looking Non-Srivathsa graduate girl, employed Banks/Insurance/Govt. Reputed firms at transferable to Madras for LIC Development Officer, 28 years, 172 cms, Rs. 5000/- Plus. bio-data, horoscope to : S. Rengarajan, 15B, Dr. Varadarajan Street, Vedachala Nagar, Chengalpattu - 603 001.

● மாத்வ கன்னட பிராமின், சவணா கோத்திரம், சித்திரை 29 வயது, எம்.ஏ. பி.எட்., தனியார் பெனிபிட் பண்ட்ல் வேலை ரூ. 3000/- சம்பாதிக்கும் வரனுக்கு அதே பிரிவைச் சேர்ந்த படித்து வேலையில் இருக்கும் அல்லது பி.எஸ்ஸி., பி.எட். படித்த நல்ல அழகுள்ள பெண் வரன் தேவைப்படுகிறது. முகவரி : Sri. M. Narasimhan, 6, Natarajapuram Street, Simmakkal, Madurai - 625 001.

● Alliance for Vadamal, Kowsiga, Thiruvadhirai, 34, MA/165/4500 Railways from Madras based employed Tamil, Iyer girls. Contact : S. Ramachandran, Plot No. 11 (Door No. 13) New India Colony Main Road, Puzhithivakkam, Madras - 600 091.

● Vadamal, Sadamarshana, Poosam, 41/4000, Govt. Madras, widower with 2 children, seeks alliances. widower or divorcee also and subsect accepted. Contact : G. Lakshmi, 67, North Mada Street, Thiruvotriyur, Madras - 600 019.

● Alliance invited for Keralite Iyer Boy 30/182/4000. Travel Executive Thiruvathirai, Kashyapa Gothram, Horoscope optional, Contact write Mrs. Lakshmi Subramanian, 231-C, Pocket-C, Mayur Vihar, Phase II, New Delhi - 110 091.

● அஹோபில மடம், வடகலை, கௌண்டின்ய கோத்திரம், திருவாதிரை, 31, 175, 6000. ஜூனியர் இன்ஜினியர், டெல்லி டெலிகாம் வரனுக்கு, Central Govt., PSUS, Banks, Insurance-ல் வேலை செய்யும் பட்டதாரிப் பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் அணுகவும். முகவரி : திரு. பத்மநாபன், 335, எம்.ஜி.சி. மறைமலை நகர் - 603 209. போன் : 22113

● ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், பாரத்வாஜ, திருவாதிரை, 35, 163 செ.மீ., பி.யு.சி., 5500/- தனியார் கம்பெனியில் மார்க்கெட்டிங் எக்ஸிகியூடிவ் ஆக வேலை பார்க்கும் வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். முகவரி : S. Krishnaswamy, 8A, Erumaraja Agraharam, Tirupapuliyur, Cuddalore - 607 002.

● ஐயர், வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், மகம் நட்சத்திரம், 31 வயது, பி.காம்., படித்து, சென்னையில் ஜூனியர் அஸிஸ்டெண்ட் ஆக, A Reputed Finance Co., (TVS Group)-ல் மாத வருமானம், ரூ. 3000/-ல் பணிபுரியும், திருச்சியில் சொந்த வீடும், திருச்சி, சென்னையில் பிற வசதிகளுடைய, வேலையில் உள்ள 2 சகோதரர், சகோதரிகள் இல்லாத மணமகனுக்கு டிகிரி படித்து வேலைக்குப் போகும் அழகிய மணமகள் தேவை. முகவரி : P.S. Srinivasan, D. 29, N.E.E., 5th Cross, Thillai Nagar, Trichy - 620 018.

● 28 வயது நிரம்பிய, அமெரிக்காவில் கம்ப்யூட்டர், இன்ஜினியராக பணியாற்றுபவருக்கு, அதே இனத்தைச் சேர்ந்த பி.ஈ. கம்ப்யூட்டர், எம்.சி.ஏ., (அ) எம்.பி.பி.எஸ்., மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : ஜி. வெங்கடேஸ்வரன், 16/3 பேராலி ரோடு, வள்ளி இல்லம், விருதுநகர் - 626 001.

● Alliance for Vadamal, Bharadwajam, Rohini, 30/175 6000, employed as Executive in Leading Company ir



வேதாவின் சிறப்பு-கூந்தலின் வனப்பு
வேதா
Veda
செயற்கை சேரா இயற்கை வேதா

Poona, seeks graduate Vadama girls below 26. Apply with horoscope to K.S. Rajagopalan, 10 Andal Nagar, Moolaithoppu, Srirangam, Trichirapalli - 620 006.

● Graduate bride for Kousika, Uthiradam, aged 42 years, graduate from Catering College, Manager in Star Hotel Wheatish Complexion, 5'.7'', Contact : Mrs. Annapurani, 6-A, Old Bank of Baroda Street, Ambattur, Madras - 600 053. Phone : 682 047.

● Tamil Brahmin Boy, impressive personality, Forieign qualified, Associate Vice-president, International Bank, 37/162 invite horoscopes from elite families, beautiful, talented girls write to P.O. Box 71410 Wadala Post Office, Bombay - 400 031.

● வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், வயது 34, ஆட்டோமொபைல் நிறுவனம் நடத்தி வரும் அழகான, எந்த தீயபழக்கமும் இல்லாத மணமகனுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த எஸ்.எஸ்.எல்.சி., +2 வரை படித்த மணமகள் தேவை. உடன் தொடர்பு முகவரி : அன்னை ஆட்டோமொபைல் இஞ்சினியரிங் இண்டஸ்டிரீஸ், திரு ஆனந்த் ரோடு, நாகப்பட்டினம் – 611 001.

● Alliance invited for Tamil Iyer Boy, Vadamal, Athreya, Pooram, M.Com., employed in LIC as Assistant aged 30, Suddha Jathakam, Seeks employed/unemployed graduate girls from respectable Iyer families. Send horoscopes to P.V. Subramanian, 21, Shanmuga Nilayam, Kamaraj Street, Erode - 638 002.

● Vadamal, Koundinya Uttirattathi fair, tall, 32, M.Com., Accounts Executive 3500/- Multi Crore Company employed, Madras require graduate employed girl decent family. Subsects acceptable write Venkatraman, 5 A, Sivagami Nagar, First Main Road, Hastinapuram, Madras - 600 064. Ph : 401922.

● பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், சித்திரை வயது 31, உயரம் 5'.8'', நல்ல சிகப்பு, B.Com., I.C.W.C.A. படித்து சொந்தமாகத் தொழில் செய்யும் வரனுக்கு, இதே துறையில் படித்த, (B.Com., ICWCA) குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. முகவரி : Mr. Sundaram 85, Meeragalli, Daraganj, Allahabad - 211 006.

● பலிஜா நாயுடு, 32, 5'.8'', B.Sc., Dip. in Refrigiration & Airconditioning, நல்ல வருமானமுள்ள, சொந்தத் தொழில் செய்யும் பையனுக்கு படித்த நல்ல குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. முகவரி : Janaki, 34, B.M.C. Street, Alwarpet, Madras - 18. Ph : 828 43 54.

மணமகன் தேவை

● Alliance invited for Nair girl, M.Sc., B.Ed., Punartham, 26, 5ft, working as Teacher in reputed School at Indore, M.P. Write with horoscope to Box No. 21866

● Alliance from LIC/Bank/Govt. Officers Tamil Iyer Boys for fair, slim, Vadamal, Bharadwaja, Kettai, 35, 5'.3'', Nationalised Bank, employed girl. Reply with horoscope details to Box No. 22162

● Brahmins 41 or 42/160, slim, fair, Anusham bride, seeks from any Brahmin, widowers wih or without any issues, divorcee, bachelor or handicapped with well employed below 55 years. Box No. 22163

● Thanjavur Saiva Vellala girl, 30, 165, B.Sc., (nursing) Central Govt. employed, alliance invited from decent vegetarian family. Contact with horoscope and family details to Box No. 22164

● Vadama, Bharadwaj, Uthiram, Nov. 1969, M.A. B.Ed., girl seeks suitable alliance well settled. Employed PG/ Professional preferred. same sect. Box No. 22165

● சோழிய வேளாளர், விசாகம், எம்.பி.எட்., 33, 3900, கல்லூரியில் உடற்பயிற்சி ஆசிரியப் பணியிலுள்ள பெண்ணிற்கு, கோவை சுற்றுப்புறத்திலுள்ள/கோவைக்கு மாறுதல் பெறக்கூடிய நல்ல பணியிலுள்ள பிள்ளை (அனைத்துப் பிரிவினரும்) இன வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22166

● இந்து, மருத்துவர், அஸ்வினி நட்சத்திரம், செவ்வாய் தோஷம், 6.7.61, 34, எம்.எஸ்ஸி., பிஎச்.டி. 5'.2'', சென்டிரல் கவர்ன்மெண்ட் வரனின் ஜாதகமும், மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22167

● இந்து, மருத்துவர், 30, எம்.காம்., 3.6.65. பூசம், 5'.2'', சொந்த வேலை, மணமகளுக்கு பொருத்தமான வரன் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் எல்லா விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22168

● Telugu Devanga Chettiar girl, 28, 155, M.E., 4000, well placed Coimbatore seeks professionally qualified, transferable employed grooms at Coimbatore, preferably M.Tech., M.E., M.B.A., M.C.A., belonging to the same caste. Reply with family background, horoscope & biodata to Box No. 22169

● சோழிய வெள்ளாளர் இனத்தைச் சேர்ந்த 24/158/ பி.எஸ்ஸி., தற்காலிக பணியில் உள்ள மணமகளுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த பட்டப் படிப்பு, படித்த நிரந்தரப் பணியில் உள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 22170

● தெலுங்கு செட்டியார் ஜாதியைச் சேர்ந்த 28 வயது உள்ள +2 படித்து ஆசிரியையாக பணிபுரியும் அழகும் குணமும் நிறைந்த நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த பெண்ணுக்கு நல்ல வேலையிலுள்ள கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த 35 வயதுக்குள் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 22171

● Well qualified and settled Tamil, Iyer Boy, any sect, for Vadama, Koundinya Punarpusam-4, fair, beautiful, girl 39/ 152/M.A/7000, employed Central Public Sector, Respectable Family. Immediate Marriage. Box No. 22172

● சோழிய வெள்ளாளர், 26, 151, திருவோணம் நட்சத்திரம், எம்.பி.பி.எஸ்., டாக்டர் பெண்ணிற்கு, டாக்டர், இன்ஜினியர், அல்லது நிரந்தரப் பணியில் உள்ள பி.ஜி. வரன் தேவை. வயதுகாலில் மிகச் சிறிய போலியோ பாதிப்பு. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22173

● Balija Naidu girl, M.Sc., 29 years, 5'.1'', 4000 Central Govt. seeks qualified, decently employed groom. Reply with horoscope to Box No. 22174

● முதலியார், 24, 23, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., நற்பண்பும், நல்ல அழகும் உள்ள குடும்பப்பாங்கான மணப் பெண்களுக்கு அரசு மற்றும் நல்ல நிறுவனத்தில் சொந்தத் தொழில், வியாபாரம் செய்யும் நற்குணங்கள் கொண்ட மணமகன் வீட்டார்கள் ஜாதகம், மற்றும் குடும்ப முழு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22175

● Alliance invited for Delhi based Iyengar girl, Visakam, Vadakalai, Vadula, 32/5'.4'', graduate, Govt. employed, Simple marriage. Box No. 22176

● Professionally qualified, well-settled, vegetarian bachelor for 33 year old, Tamil, Sankrithi Iyer, Brahacharanam girl, M.A. B.Ed., 160 cms, fair, smart, working in a Private Organization in Hyderabad. Box No. 22177

● Alliance invited from well-settled cultured Broadmined, Bombay based, persons for Kerala, Iyer girl, Shadamarshana, Mirugaseersham, 35, 155 cm, graduate, Bank Officer, slim, fair, home-loving, Legally separated

unfortunate circumstances. Having son aged 10. Reply to Box No. 22178

● தனியார் கம்பெனியில் டைப்பிஸ்ட்டாக பணிபுரியும் விவாகரத்தான 32 வயது, தெலுங்கு விஸ்வகர்மா இனத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணுக்கு, 35-40க்குள் தெலுங்கு, தமிழ் விஸ்வகர்மா அல்லது முதலியார்/செட்டியார் மாப்பிள்ளை தேவை. அரசாங்க/தனியார் அலுவலகத்தில் வேலை செய்பவராகவும் விவாகரத்தானவர்/மனைவி இழந்தவர் பரவாயில்லை. பெட்டி எண் : 22179

● முதலியார், அசைவம், +2, 25, 165, உத்திரம் குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த அரசுப் பணி மற்றும் கைதொழில் செய்யும் நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த தகுந்த மணமகன் தேவை. ஜாதகம் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22180

● ஐயர், வடமான் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், மகம், வயது 28, உயரம் 5'.5'', பி.காம்., பிரபல தனியார் நிறுவனத்தில் அக்கவுண்ட்ஸ் பிரிவில் பாண்டிச்சேரியில் மாதம் 2500/- பணிபுரியும் மணமகளுக்கு தகுந்த வேலை பார்க்கும் (preferably at Pondichery) மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22181

● Madhwa Desistha, Marathi speaking girl, Kowndanya Gothram, Star Uthiradam, age 31 years, permanent Bank employee, not transferable. Alliance from good grooms. Subsects no bar. Box No. 22182

● பலிஜா நாயுடு, வயது 27, 160 செ.மீ., விசாகம், பி.எஸ்ஸி., பி.எட்., ஆசிரியை செவ்வாய் தோஷம் உள்ள பெண்ணிற்கு, அதே இனத்தில் அரசு/தனியார் துறையில் பணிபுரியும் படித்த மணமகன் தேவை. குடும்ப விவரம் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22183

● வடமான், பாரத்வாஜம், தமிழ் ஐயர், மிருகசீரிஷம், 2-ம் பாதம், வயது 33, 5' உயரம், சிவப்பு நிறம், +2, டைப்ரைட்டிங் ஷார்ட்ஹாண்ட் லோயர் வேலை பார்க்கும் பெண்ணுக்கு அரசு தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 22184

● Iyer, Ashtasahasram, Koundinya, Pooram, 22/150 (B.Liitt.) good looking girl seeks employed grooms below 30 years. Subsect no bar. Box No. 22185

● தமிழ் வாணிய செட்டியார், வீரமகரிஷி கோத்திரம், வயது 22, உயரம் 164 செ.மீ., படிப்பு எம்.காம்., பம்பாயில் வசிக்கும் நல்ல குணமுடைய குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த மாப்பிள்ளை ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22186

● Alliance invited for Telugu Brahmin, Mulaganadu, Devaraja Gothram, Aswini, 34 years, B.Com., Hindi Praveen graduate girl employed in Pvt. School, from well employed. Same community boys. Subsects no bar. Reply with horoscope to Box No. 22187

● Suitable alliance invited for fair, good-looking, Madhwa Kannada girl, Mula IV Pada, Kausika Gothram, 24, 157, working in LIC, Madras. Apply to Box No. 22188

● 39 Tamil Iyer girl, Govt. Madras, divorcee encumbrance free seeks broad-minded well settle divorcee/widow as Life partner within 45. Vegetarian prefered. Box No. 22189

● தெலுங்கு தேவாங்க செட்டியார் தர்மகரிஷி கோத்திரம், 12-ல் செவ்வாய், புனர்பூசம், 5' உயரம், வயது 23, கம்யூட்டர் டிப்ளமா படித்த பெண்ணிற்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த 30 வயதிற்குள் மத்திய, மாநில மற்றும் தனியார் துறையில் நிரந்தரப் பணியில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22190

● 29, 5.3'', எம்.ஏ. தட்டச்சு இரண்டும் தேர்ச்சி பெற்ற வாழாமலேயே உடன் விவாகரத்து பெற்ற வீட்டு வேலைகளில் தேர்ச்சி பெற்ற அழகான குடும்பப்பாங்கான சென்னையில் தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை செய்யும் முதலியார் பெண்ணிற்கு 38 வயதிற்குட்பட்ட நல்ல வேலையில் உள்ள பரந்த நோக்குடைய மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 22191

● Sourashtra alliance professional/P.G. employed/own business wanted for Sourashtra bride Vyasa Gothram, Anusham, 24, 5'.5'', fair, M.A., employed, Madras. Contact with horoscope other details to Box No. 22192

● Alliance invited for Vadama, Srivatsa, Tamil, Iyer Uthiram girl, 33, 5'.3'', M.Sc., PGDCA, employed programmer, Public Limited Company, fair, good-looking, from well placed with equal educational qualification boy, write with horoscope to Box No. 22194

● Alliance invited for Vadama, Srivatsa, Tamil Iyer, Swathi girl, 29, 160, B.L., Practising Advocate, fair, good-looking, from professionally qualified boy, write with horoscope to Box No. 22195

● Alliance invited from suitable grooms for Coimbatore based Hindu Ezhava/Illathu Pillai divorcee. Unencumbered 34 years. B.A. (M.A.) B.Ed., employed in deemed university Rs. 4000/- p.m. Salary medium complexion. Anusham. Box No. 22196

● Alliance from Non-Athreya Iyer well qualified and employed USA age upto 32, for Brahacharanam girl, 25/160 fair, Systems Analyst Detroit Hi. Marriage March/April 1996. Horoscope details to Box No. 22198

● பிரமலைக்கள்ளர் (முக்குலத்தோர்) இனத்தைச் சேர்ந்த, குடும்பப்பாங்கான, அழகிய 25/162/எம்.எஸ்ஸி., விரைவில் அரசுப் பணியில் (TNPSC-G-II) சேரவிருக்கும் மணமகளுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த பட்டமேற்படிப்பு படித்த அரசு பணியிலுள்ள மணமகன் தேவை. அனுசுஷம். த. பெட்டி எண் : 22199

● Brahacharanam, Mudhkala Gothram, 33, 153 cms, 10 Std, slim, wheatish, domestically trained, Pooram girl seeks educated, employed and understanding life partner from decent and pious family. widowers may also apply matching important. Child can be adopted. Box No. 22200

● தமிழ் விஸ்வகர்மா, 27, 152 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., (கம்ப்யூட்டர்), அஸ்தம், அழகிய, கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகளுக்கு மணமகன் தேவை. குடும்ப விவரம், ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22201

● ஐயங்கார், பாரத்வாஜ கோத்திரம், வயது 33, பத்தாம் வகுப்பு படித்துள்ள, தையல் தெரிந்த கணவரை இழந்த, குழந்தைகள் அற்ற வசதியற்ற பெண்ணிற்கு தகுந்த ஐயங்கார்/ஐயர் மணமகன் தேவை. விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22202

● அஷ்டசகஸ்ரம், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், அனுஷம், 5'.5'', வயது 27, எம்.எஸ்.எம்.சி., ஹிந்தி பரீட்சைகள் தேறிய சிவந்த நிறமுள்ள பெண்ணுக்கு நல்ல வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 22203

● ஐயர், வடமான், பாரத்வாஜம், புனர்பூசம், இடது கண்ணில் பார்வையிழந்த, ஆறு வருடமாக செகண்டரி ஸ்கூல் ஆசிரியையாக வேலை பார்த்து வரும், பி.ஏ. பி.எட்., முடித்துள்ள, 27 வயதுடைய பெண்ணிற்கு வரன் தேவை. இடது கண்ணில் செயற்கைக் கண் வைக்கப்பட்டிருக்கின்றது. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 22205

● Suitable alliance sought for Ashtasahasram, Vathoolam,

Pooram-I, 1956, M.A., M.Phil., girl. Box No. 22206

● தெலுங்கு பிராமின், கர்ணகொம்முலு, ரேப காஸ்யப கோத்திரம், அவிட்ட நட்சத்திரம், 30 வயது பெண்ணிற்கு, சுமார் 35 வயதுக்குட்பட்ட வரன் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெண் சிவப்பு நிறம், +2, டைப்ரைட்டிங் ஆங்கிலம், தமிழ் ஹையர், சங்கீத ஞானம் உள்ளவர், குடும்பப்பாங்கான பெண், தெலுங்கு பிராமின் உட்பிரிவுகள் சம்மதம். குடும்ப விவரத்துடன் ஜாதகத்துடனும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22207

● தமிழ் யாதவா, வயது 32, 155 செ.மீ., மாநிறம், எஸ்.எஸ்.எல்.சி., பயின்ற பெண்ணுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. முழு விவரங்களுடன் அணுகவும். பெட்டி எண் : 22208

● Alliance for girl Bharadwaj, Brahacharanam, Rohini, 23/155, B.A. unemployed medium complexion, Subsect no bar. Contact Box No. 22209

● Brahacharnam Sangirti, Chitra, 31 years, B.Com., good-looking girl, wanted domestically well employed boys. Subsect no bar. Box No. 22210

● தந்தை மேனன், தாய் அய்யங்கார், மூலம் 4-ஆம் பாதம், 22 வயது, 10-ம் வகுப்பு, நர்சரி பள்ளி ஆசிரியை, வீட்டு வேலையில் தேர்ச்சியுள்ள, அழகுள்ள, ஐயங்கார் பாணியில் வளர்க்கப்பட்டவள், பரந்த மனப்பான்மையுள்ள ஐயர்/ஐயங்கார் இளைஞர்கள் ஜாதகத்துடன் எழுதவும். நல்முறையில் திருமணம். பெட்டி எண் : 22211

● Alliance invited from Iyer Doctors (post graduate or Diploma holder only) settled Tamilnadu/Bangalore for very fair, good-looking 27/5'.2"./MBBS/Vadamal, Uthiratadhi, Kasyapa girl. Subsect acceptable. Box No. 22212

● கார்காத்த சைவப் பிள்ளை, 24 வயது, எம்.ஃபில்., படித்த சிவப்பு, அழகான பெண்ணுக்கு படித்து பட்டம் பெற்ற வரன் ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் எழுதுக. பெட்டி எண் : 22213

● வடகலை, பாரத்வாஜ கோத்திரம், மூலம் 4-ம் பாதம், 32 வயது, 5 அடி, பி.எஸ்ஸி., டைப்ரைட்டிங் ஹையர், டி.டி.சி. குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு அரசு, தனியார் துறையில் நிரந்தரப் பணியிலுள்ள பட்டதாரி வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 22214

● Alliance invited for Iyer, Vadamal girl, Bharadwaja Gothram, fair complexion, 22/5'.4", Uthiram from well settled boys aged not more than 28. Madras based preferred. Box No. 22215

● பர்வதராஜகுலம், எம்.ஏ., எம்.ஃபில்., தனியார் துறை லெக்சரர், 36/153/2500 innocent divorcee, without encumbrances, சுமாரான தோற்றமுள்ள பெண்ணிற்கு மணமகன் தேவை. ஜாதிகள் தடையில்லை. பெட்டி எண் : 22216

● ஐயர் வயது 39, பி.எஸ்ஸி., வேலையில் இருக்கும் இடது கால் சற்று ஊனமான பெண்ணிற்கு வேலையில் இருக்கும் அன்பான, பரந்த மனப்பான்மையுள்ள 45 வயதுக்குட்பட்ட பிராமண வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 22217

● Brahacharanam, Kousika, Pooram, 21/157/M.Sc., beautiful, Kerala Iyer, affluent family, seeks professionally qualified, well placed business India Abroad. Send horoscopes. Box No. 22218

● Tirunelveli Saiva Vellala Pillai girl, 26 years 5'.4". Poosam, B.Com., Nationalised Bank, Madurai, seeks decent boy employed in Central/State, LIC, Bank of same community with horoscope to Box No. 22219

● வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், அவிட்டம், பிறந்த தேதி 01.01.1960. பி.எஸ்ஸி., அரசாங்க உத்தியோகம், இதே வகுப்பைச் சேர்ந்த நல்ல பண்புள்ள பட்டதாரி, உத்தியோகம் (அரசாங்க, இரயில்வே, வங்கியில் வேலை செய்யும் மாப்பிள்ளை தேவை. பெட்டி எண் : 22220

● வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், ஆயில்யம், பி.தேதி 23.9.1954, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., சிவப்பு நிறம், உத்தியோகம் இல்லை. இதே வகுப்பைச் சேர்ந்த நல்ல படித்த, பண்புள்ள, உத்தியோகம் செய்யும் மாப்பிள்ளை தேவை. பெட்டி எண் : 22221

● Alliance for girl 31, 164 cms, M.A., working in Pvt. firm in Hyderabad, Brahacharanam, Srivatsa, subsect no bar. Reply with horoscope to Box No. 22225.

● 28, பி.காம்., 165 செ.மீ., மாநிறம், திருவாதிரை, அரசு பணி, ரூ. 2500, நல்ல எதிர்காலம், முதலியார் (அசைவம்) எளிய திருமணம். இப் பெண்ணுக்குத் தகுந்த வரன் தேவை. ஜாதகக் குறிப்புடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய பெட்டி எண் : 22226

● Businessman is looking for Non-Kaundinya professionally qualified with MBA well settled for his only daughter 22 years, 5'.10", graduate domestically well trained and home loving unemployed. Tanjore Vadamal. Please contact with horoscope to Box No. 22227

● பாரத்வாஜ கோத்திரம், பிரஹசரணம், மிருகசீரிஷம் நட்சத்திரம், 22.3.1972, 24 வயதுள்ள பெண்ணிற்கு சிவந்த, 5.3", பி.காம்., பிரைவேட் வேலையிலுள்ள வரனுக்கு மத்திய, மாநில, நல்ல தனியார்த் துறை 28 வயதுக்குள் மணமகன் பெற்றோர்களிடமிருந்து ஜாதகம் வரவேற்கப்படுகிறது. பெட்டி எண் : 22228

● ஹரித கோத்திரம், பிரஹசரணம், ரோஹிணி நட்சத்திரம், 26 வயது, சிவந்த, 5'.2", பி.எஸ்ஸி., பி.எட்., வரனுக்கு மத்திய, மாநில, நல்ல தனியார் துறையில் இருக்கும் 33 வயதுக்குள் இருக்கும் மணமகன் பெற்றோர்களிடம் இருந்து ஜாதகம் வரவேற்கப்படுகிறது. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 22229

● ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், கிருத்திகை, 27 வயது, 5'.6", மாநிறம், 10-வது படித்த குடும்பப் பாங்கான ஏழை பெண்ணுக்கு நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள வரன் தேவை. சகோதரி கலப்பு மணம் செய்து கொண்டவள். உட்பிரிவு, வசதியுள்ள widower சம்மதம். பெட்டி எண் : 22230

● Iyengar, Vadakalai, Koushik, Ashwini, 4-padam, age 24, graduate, fair, B.A., Personal Secretary Course girl employed in reputed computer firm, Madras. seeks suitable alliance with good-family background. Box No. 22231

● செங்குந்த முதலியார், 22 வயது, ரேவதி நட்சத்திரம், 160 செ.மீ., பி.ஏ. படித்த சிவந்த, நிறமுள்ள, அழகிய பெண்ணிற்கு அதே இனத்தில் தகுதியான மணமகன் தேவை. 7ல் செவ்வாய் உள்ளது. பெட்டி எண் : 22232

● Alliance invited for Iyer Vadamal girl, 29/150/MBA well employed software professional, from well employed Brahmin boys. Box No. 22233

● ஐயர், வடமாள், கௌண்டின்யம், ஆயில்யம், 4-ம் பாதம், வயது 35, 5'.6", பி.ஏ. அழகான குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். 22256

● Alliance invited for fair looking girl 31 years, B.Com., Chettiar, Central Govt. Rs. 3000/- slightly handicapped in left leg, good in domestic work from a broad-minded person. Caste no bar. Box No. 22285

● Alliance invited from Vadama Boy, working in Bank, Govt., Company for fair employed Vadama girl, Naithrubakashyapa Gothram, Uthiradam, 24, 5'.3", M.Sc., Reply with horoscope and Bio-data. Contact : S. Nagasubramanian, 14/27, Renga Nagar IV Main Street, Opp. Sri Balaji Flour Mill, Tiruchirapalli - 620 021.

● சைவப் பிள்ளை, 27, டி.டி.எ., 160 செ.மீ., நர்ஸரியில் பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு அரசு வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. முகவரி : பாலசண்முகசுந்தரம், கிடைவர்ட் மக்கர், சிவன்கோவில் தெரு, எசனை – 621 219. திருச்சி மாவட்டம்.

● தமிழ் யாதவர், வயது 33, உயரம் 149 செ.மீ., சிவப்பு நிறம், எம்.ஏ., எம்.ஃபில். படித்த மணமகளுக்கு அரசு அல்லது வங்கி வேலையிலுள்ள பட்டதாரி மணமகன் தேவை. தொடர்பு முகவரி : எஸ். சங்குபிள்ளை, 3/1 குறிஞ்சி நகர், கே. கே. நகர் அஞ்சல், திருச்சி - 620 021.

● Alliance for Vadama, Bharadwajam Ayilyam, 2nd padam, Iyer girl, B.Com., beautiful and fair 30 years, 175 cm, working in Nationalised Bank in Bombay with salary Rs. 6000/- from well-qualified and well-placed Bombay based Iyer boys. Subsect acceptable. Contact with horoscpe Mr. S. Ramamurthy, 10, Rang Prabha, Chhedanagar, Chembur, Bombay - 400 089. Tel. No. 5553342.

● Alliance invited for Medico girl Hindu, Telugu speaking, M.B.B.S., 25, 5'.4", fair, good-looking, good family from Doctor, Engineer professionally qualified employed bridegroom from Naidu Raju other Telugu speaking Community. Reply to Dr. D. Krishnamoorthy, Civil Surgeon, Anaesthetist, 31, Selvam Nagar, Medical College Road, Thanjavur - 613 007.

● Wanted Iyer, Non-Koundinya P.G. Doctor boy for MBBS, DCH, 25/153 cm, very fair girl contact : Kamala, 13, College West Road, Arumbakkam, Madras - 106. Phone : 421102.

● Alliance invited from Central/State Govt. employed Brahmin boys for girl (Intercaste parantage. both not alive) 24-162 cm, (working as Secondary grade govt. Teahcer Rs. 3000/-) Moolam, Brahmin customs. Contact : Mrs. Vaijayanthi Mohan, 22, Vallalar Nagar, Kuthappakkam, Cuddalore - 2.

● துளுவ வேளாளர் வயது 28, 162 செ.மீ., PGDCA (M.Com.,) கார்த்திகை ரிஷபலக்னம், நெய்வேலி கல்லூரியில் இளநிலை உதவியாளர் மணமகளுக்கு அதே இனத்தில் படித்த வேலையிலுள்ள மணமகன் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : P. மணி, டி-19, சரோஜினி நாயுடு சாலை, வட்டம் – 13, நெய்வேலி - 607 803.

● Alliance invited from parents of suitable Madhya radesh based Non-Kaundinya Iyer boys for fair omplexioned 29 years 153 cms, Kettai Star, M.A. M.Phil., sst. Professor in M.P. Govt. College, drawing 5,500/- p.m. pply with bio-data, horoscope to N. Swami, Mahesh adan, 42, Paltan Area, Sehore - 466 001.

● சைவ வெள்ளாளப் பிள்ளை, பி.ஏ. 26, 153, சுவாதி, ென்னையில் நல்ல தனியார் துறையில் வேலை செய்யும் று குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணுக்கு பணி/தொழில் ரியும் பட்டதாரி/டிப்ளோமா படித்த சுத்த சைவ இன ணமகன் தேவை. முகவரி : எம். சுந்தரேசன், 11, லட்சுமி அவென்யூ, கஸ்தூரிபாய் நகர், அடையார், ென்னை - 600 020. தொலைபேசி : 415364.

● Alliance invited from non-kaushika, professionally ualified (preferably Kerala Iyer, Bombay based) ridegrooms for Engineering (B.Sc., Tech) graduate 24/50, Chitrai, send horoscope to : Sivaraman, C-36, Varsha, lew Mandala, Bombay - 400 088.

● அதிக வசதியுள்ள சோழிய வெள்ளாளர் பிள்ளை, ன்றாவது பெண், வயது 29, உயரம் 4 அடி சிவந்த நிற டைய குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். குடும்ப விவரம், ஜாதகம் னுப்பிக்கவும். முகவரி : பி. வீரபாண்டியன், அசிசி வியாபாரம், 195/2, காமராஜ் நகர், திருச்சி - 620 010.

● Alliance invited from Brahmin grooms well settled/decently employed for innocent Legal Divorcee without encumberance Vadamal, Kaundinyam, Punarpoosm, P.U.C., 33, 5'.2", Rs. 2500/- (Central Govt. undertaking) subsect/widower/divorcee without encumberance acceptable. Reply with details and horoscope to N. Krishnamoorthy, No. 1, Krishnajee Sukkal Street, Venkatapuram, Ambattur, Madras - 600 053.

● ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், உத்திராட நட்சத்திரம், 155 செ.மீ., 26 வயது, பி.ஏ., ஈரோடு அரசுப் பள்ளியில் ஆசிரியை, பாங்க், இன்ஷூரன்ஸ் கம்பெனி, அரசுத் துறை, அல்லது தொழிற் படிப்பு படித்து கம்பெனியில் பணிபுரிகின்ற நல்ல வசதியான வரன்கள் தேவை. வடமாள் அல்லது உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : கே. எஸ். கோபாலகிருஷ்ணன், டி-135, சம்பத் நகர், ஈரோடு – 638 011.

● Brahacharanam, Srivatsa Gothram, Ayilyam B.Com., girl employed in private firm, 26/158/2500 required educated well employed boy. Send horoscope and family details. Contact : K.S.Balasubramanian, 34 A, Buddhan Street, East Tambaram, Madras - 59.

● வடகலை ஐயங்கார், பாரத்வாஜ கோத்திரம், 23 வயது, பூசம் 4-ம் பாதம், பி.எஸ்ஸி., பிஎட்., எல்.ஐ.சி. யில் டைப்பிஸ்டாக ரூ. 3000/- பிலாஸ்பூரில் (மத்திய பிரதேசம்) வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு எல்.ஐ.சி., வங்கி, நிரந்தர கம்பெனியில் நல்ல வேலையில் இருக்கும், நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் 30 வயதுக்குள் தேவை. தென்கலையும் சம்மதம். ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : R. Kalyanam, 11F, Street 10, Sector - 5, Bhilai (M.P.) - 490 006.

● Alliance for beautiful, healthy Iyer girl, Vadamal, Bharadwaja, Karthigai, 23/157cm/B.E. (with white patches) graduates decently employed with similar skin condition/willing respond to Mr. M. Sankara Iyer, No. 21, Mathurakavi Street, East Tambaram, Madras - 600 059.

● வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், சென்னை தனியார் துறை, கம்ப்யூட்டர் ஆபரேட்டர் ரூ. 1700 மாதிரம், பி.எஸ்ஸி., 5 அடி, சித்திரை, குடும்பப்பாங்கான பூர்வீகம், கரூர் பெண்ணுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த கிராஜுவேட்/தொழிற் டிப்ளோமா பெற்று அரசு/தனியார் துறையிலுள்ள (அல்லது நிலைப்படுத்தப்பட்ட சொந்தத் தொழில்) வருவாய் 3500 அளவுக்குள்ள மணமகன் வரவேற்கப்படுகிறார். உட்பிரிவு சம்மதம். முகவரி : B. கப்பரத்னம், 8, மாதவபெருமாள் கிழக்குத் தெரு, சென்னை - 600 016.

● Wanted Delhi based Govt/Bank/Insurance Pvt. Company graduate boy for Palghat Kerala Iyer girl, Brahacharanam, Sadamarshnam Gothram, Barani B.Sc., (Physics) doing GNIIT from NIIT 24/153 cms/4000/- Assistant in Central Govt. New Delhi. Contact : K. P. Jayaraman, JD-29/D, Mayapuri, New Delhi - 110 064.

● சைவப் பிள்ளை, கவுந்திர கோத்திரம், பூரம், 26, 150 செ.மீ., B.A., D.T.Ed., குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு சைவப் பிள்ளை, கார்காத்தார் இனங்களில் நிரந்தரப் பணியிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகம் பிற குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. முகவரி : N. இராச ரத்தினம், எம்.ஏ. எம்.எட்., 26, பலராம் நகர், திருகண் மல்வரம், நெல்லிக்குப்பம் – 607 105.

● சைவப் பிள்ளை, பூராடம், 5'.2", பி.ஏ. 24 வயது, பிரைவேட் கம்பெனியில் வருமானம் 3000. வேலை செய்யும் பெண்ணுக்கு டெல்லியில் கவர்ன்மெண்ட்,

பிரைவேட் கம்பெனியில் வேலை செய்யும் மணமகள் தேவை. உட்பிரிவும் சம்மதம். முகவரி : டி.எம். தண்டபாணி, மலைமந்திர் ஆர்.கே. புரம், செக்டர் -7, புது தில்லி - 22.

● Alliance invited for fair, good-looking, Ashtasahasram, Srivatsa Gothram, Uthram girl, 24/157, B.A., D.Tech (Textiles) (Presently unemployed) from qualified, well placed City based boys. Sub-sect no bar. Reply with horoscope to D. Sundar, 371, III Main, Ideal Homes, Raja Rajeswari Nagar, Bangalore - 560 039.

● Alliance invited for an Energetic Vivacious, Iyer girl, 29, B.E., star Revathi, employed Public Sector, Vadama, Vadoolam, from smart Engineers or Doctors. Apply with horoscope and Bio-data to R. Natarajan, C-44, BHEL R & D Township, Vihas Nagar, Hyderabad - 500 593. (A.P.)

● திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளை, பூசம், 28/150 செ.மீ., எம்.எஸ்.எம்.சி., தமிழ், ஆங்கிலம் டைப்ரைட்டிங், தற்பொழுது கம்ப்யூட்டரும் படித்து வரும் குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு, அரசு/தனியார் துறையில் பணி புரியும் தொழிற் கல்வியுடன் சொந்தத் தொழில் புரியும் மணமகன் தேவை. சைவ உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முகவரி : Mr. R. Nellaiappan, 19, Sundaram Brothers Layout, Trichy Road, Coimbatore - 45.

● மாத்வா கன்னடம், வசிஷ்ட கோத்திரம், அஸ்தம், வயது 28, 150 செ.மீ., எம்.எஸ்ஸி., எம்.ஃபில்., பி.எட்., கெமிஸ்டரி லெக்சரர், தனியார் கல்லூரி பெண்ணிற்கு அதே இனம் உள்ள அரசுத் துறையில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகம் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : யு. எஸ். கிருஷ்ணமூர்த்தி, 103, ருத்ரப்பா நகர், உடுமலைப்பேட்டை, கோயமுத்தூர் மாவட்டம்.

● Hindu Gramani girl 32/working as a Staff Nurse abroad. Seeks professionals. Caste no bar. Contact : C. Subramani, 18, Tippu Street, Royapettah, Madras - 14. Phone : 841831.

● Alliance invited from professionally qualified decently employed grooms for a post-graduate girl, Saiva Vellala Pillai, Visagam, B.Sc., M.B.A., 23, 160 cms, employed in LIC of India. Write with horoscope to Mr. N. Jambulingam, Assistant Treasury Officer, 78, IIIrd South Cross Road, Mariappa Nagar, Annamalai Nagar Post - 608 002.

● Professional decently employed Sobre boy for Vadama Iyer Srivatsa B.Com., Computer-Diploma, Chitrai, 32, 164, wheatish slim, good-looking girl. Bio-data horoscope to Raman, SFS. 103, 208 SFS Colony, Yelahanka Township, Bangalore - 65.

● Alliance invited for Brahacharanam, Bharadwajam, Ayilyam, 22 years, Science Post-graduate, employed girl, settled in Baroda. Contact : S.K. Subramaniam, 21, Navaneet Park Society, Old Padra Road, Baroda - 390 015.

● கொங்கு வேளாளர், 29 வயது, படிப்பு முதுகலை, கல்லூரியில் வேலை, சம்பளம் 5500/- உயரம் 162 செ.மீ., உடைய அழகான மணமகளுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த வியாபாரம் அல்லது வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தேவை. முகவரி : P. Sivashanmugam, Muthuram Complex First Floor, 838, Brough Road, Erode - 638 001. Periar (D.T.).

● பிரஹசரணம், கௌண்டின்யம், கிருத்திகை, 26, பி.ஏ. தனியார் துறையில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணுக்கு அரசு மற்றும், நல்ல தனியார் துறையில் உள்ள மணமகன் தேவை. முகவரி : B. Sivaramakrishnan, Plot No. 60, IInd Main Road, North Jaganatha Nagar, Villivakkam, Madras - 600 049.

● சைவ வெள்ளாளர், வயது 30, மூலம், பிரெஞ்சு பிரவேச, வசதியிக்க பெண்ணுக்கு அதே இன அரசு பணி அல்லது சொந்தத் தொழில் உள்ள சைவ மணமகன் தேவை. விருப்பமுள்ளவர்கள் திருமதி. P. பழனிராஜா, சக்தி மயில் நிலையம், கருவடிக்குப்பம், பாரதி நகர், பாண்டிச்சேரி.

● தமிழ்நாடு மாநில அரசுப் பணியிலுள்ள திருமணமாகாத, 3500, 40 வயதுடைய, ஸ்ரீவஸ்ரீ பிராமின் (மாத்வா) பெண்ணிற்கு, எம்.ஜி.சி., வங்கி, மத்திய அரசு, லிமிடெட் கவர்ன்மெண்ட்டில் நல்ல வேலையிலுள்ள 44-50 வயதுடைய திருமணமாகாத, தாரமிழந்த பிராமண மணமகன் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : திரு. எஸ். ரெங்கநாதன், மூன்றாவது தெரு, "ஸ்ரீனிவாஸ்", கனக வேல் நகர், ஆத்திகுளம், மதுரை - 625 007.

● B.Sc., Computer D.S.M. (M.Sc.,) படித்த 22 வயது, அழகுள்ள வடமாள் ஆத்ரேய கோத்திரம் பெண்ணிற்கு, பிராமண வகுப்பைச் சேர்ந்த 35 வயதுக்குள் மணமகன் தேவை. 2-வது தாரமாக ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். (மருத்துவரீதியாக பெண்ணிற்கு குழந்தை பிறக்க வாய்ப்பில்லை.) முகவரி : V. Balasubramanian, 100, Ajay Illam, Bharathy Palayam Street, Erode - 638 002.

● Professionally qualified boys for sisters. Gouthama Gothra, fair, 26 years, 5'.2", Dip. Sec. Courses doing B.Com., employed in DGM fair, 24 years 5'.3", M.A. B.Ed., Teacher at Delhi. Contact : Mrs. Rukmani, Jagadesan JGIII, 107 B, Vikaspuri, New Delhi - 110 018.

மணமகன் மணமகள் - தேவை

● 30 வயது (22.12.1965) ஆத்ரேய கோத்திரம், வடமாள், கேட்டை, +2 படித்து Amex Garments, Ekkaduthangal, Guindy Production Incharge ஆக மாதம் ரூ. 1800/- சம்பாதிக்கும் பெண்ணுக்கு, பட்டதாரி அல்லது பட்டதாரி அல்லாத பிரைவேட் அல்லது அரசாங்க உத்தியோகத்தில் வேலை பார்க்கும் ரூ 3000 சம்பாதிக்கும் மணமகன் தேவை. 5 அடி, 27 வயது (13.03.1968) ஆத்ரேய கோத்திரம், வடமாள், மகம் நட்சத்திரம், B.Sc., (maths) Certificate Course in Radio Theraphy Technology, Higher typewriting படித்து, சென்னை அடையாறு கேன்சர் இன்ஸ்டிடியூட்டில் Radio Theraphy Technologist ஆக மாதம் ரூ. 3000 சம்பாதிக்கும் மணமகனுக்கு பட்டதாரி, மத்திய, மாநில அரசாங்க வேலை அல்லது பப்ளிக் லிமிடெட் கம்பெனியில் வேலை செய்யும் மணமகள் தேவை. Joint alliance is accepted. If there is any joint alliance both of these expectations are adjustable. Box No. 30000

● Mutual/individual alliance for Vadagalai, Athreya Swathy 37/170/3200 upto B.A., Army Service, Madras prefer employed girl and sister graduate fair, Thiruvonam 30/155/1200 from settled boys. Simple marriage. Horoscope with details to Box No. 30210

● Vanniyakula Kshtriya M.Sc., P.G. Diploma Lab-Tech. 26/158. Seeks M.B.B.S., B.E., groom. Brother B.A. Central Government 33/8000/165. Seeks graduate bride to Box No. 30233

Printed by V. Murali at the Bharathan Press and published by K. Rajendran on behalf of Bharathan Publications Private Limited. Editor : MANJULA RAMESH
Address : 47, Jawaharlal Nehru Road, Ekkaduthangal, Madras - 600 097
Telephones — Editorial : 2345624; Circulation Manager : 2345623; Subscription and Advertisement : 2345622; Managing Director : 2345621
Annual Subscription : India Rs. 108/-; Overseas : Rs. 650/- (Air Mail); Rs. 280/- (Sea Mail)
Half Yearly Subscription : India Rs. 54/-; Overseas : Rs. 325/- (Air Mail); Rs. 140/- (Sea Mail)

இரவில் சூரியன்

வித்யாவுக்கு விழிப்பு வந்து விட்டது. பக்கத்தில் தினேஷ் போர்வை இல்லாமல் படுத்திருந்தான். அவன் அப்பாவைப் போலவே சுருட்டை முடி. போர்த்தி விட்டாலும் நிமிஷத்தில் உதறி விட்டு விடுவான். சுவரோடு ஒட்டியிருந்தவனை எடுத்து நேராகப் படுக்க வைத்தாள். மறுபடி போர்த்தியதும் சிணுங்கியபடி காலால் இழுத்துத் தள்ளி விட்டான்.

"ஸ்ஸ்... போர்த்திக்கோ" என்றாள். ஊஹூம். அசங்கவில்லை. எழுந்து நேரம் பார்த்தாள். ஐந்து மணி. இன்னும் அலாரம் அடிக்கவில்லை. அதற்குள் பழக்கத்தில் எழுந்தாகி விட்டது.

ஹாலில் கனகம் படுத்திருந்தாள். வித்யா திருமணமாகி வந்த புதிதில் அவளும் கூடவே எழுந்து ஏதேனும் உதவி செய்வாள். இப்போதெல்லாம் ஏதாவது வலி என்று முனகிக் கொண்டு படுத்திருக்கிறாள்.

கதவைத் திறந்ததும் கட்டியிருந்த துணிப்பையில் பால் பாக்கெட்டுகள் இருந்ததை எடுத்துக் கொண்டாள். எதிர் வீடு திறக்கப்படவில்லை. ஊரிலிருந்து இன்னும் வரவில்லை போலும்.

உள்ளே வரும் போது அலாரம் ஒலிக்க ஆரம்பித்தது. கனகம் அப்போதுதான் விழித்த மாதிரி சோம்பல் முறித்தாள்.

"மணி என்ன."

"அஞ்சு ஆயிருச்சம்மா..."

"ராத்திரி பூராத் தூக்கமே இல்லை. என்னமோ தெரியலே. ஒரே தலைவலி" என்றாள் முனகலாக.

வித்யா நிற்கவில்லை. நிற்க நேரமில்லை. சமைக்க வேண்டும். அலுவலகம் கிளம்ப வேண்டும். அதற்கு முன் தினேஷை எழுப்பி, குளிப்பாட்டி, சாப்பிட வைக்க வேண்டும்.

பரபரப்புடன் இயங்க ஆரம்பித்தாள். மணி எட்டரை. சமையல் முடிந்து விட்டது. மதியம் சாப்பிட கேரியர் தயார் செய்தாகி விட்டது. தினேஷ் இன்னும் எழுந்திருக்கவில்லை. இத்தனை நேரம் எழுந்து வந்து அவளை எந்த வேலையும் செய்ய விடாமல் தொந்திரவு செய்வான்.

"தினு... தினுக்கண்ணு."

ஊஹூம். அருகில் போய்த் தொட்டதும் சுரீல் என்றது. லேசாய் உடம்பு சுடுகிற பிரமை. நெற்றியில் புறங்கை பதித்தாள். ஜுரம்தான்.

"தினு..."

கண் திறந்து பார்த்து விட்டு மீண்டும் மூடிக் கொண்டான்.

"என்னடா... ஸ்கூல் போக வேணாமா... ஹோம் வொர்க் இன்னும் எழுதலே."

இன்னும் சுருண்டு படுத்துக் கொண்டான்.

"எழுந்திரும்மா. அம்மாக்கு லேட்டாச்சில்லே."

கனகத்தின் குரல் கேட்டது. "தினேஷ் எழுந்துக்கலியா."

"உடம்பு சுடற மாதிரி இருக்கு."

"நேத்து அந்த ஓட்டம் ஓடினான். சொன்ன பேச்சு கேட்டாத்தானே..."

"இன்னிக்கு ஸ்கூல் போக வேண்ணா... விட்டுருங்க..."

அலுப்புத் தட்டியது. போகட்டும் விடு... என்று தினேஷை அப்படியே விட்டுவிட்டு வெளியே வந்தாள்.

"சாயங்காலம் வர லேட்டாகும்னு சொன்னியே."

"ஆமாம்மா..."



எப்படியும் ஏழு... எட்டு ஆயிரும்."

"சங்கர் ஃபோன் பண்ணா... எனக்கு ஏதோ மருந்து வாங்கிகிட்டு வரேன்னு சொன்னான்... அதை ஞாகப்படுத்து."

"சரிம்மா."

"நீ கிளம்பு. நான் பார்த்துக்கறேன். காபி குடிச்ச உடனே தலைவலி போன மாதிரி இருந்தது. இப்ப... மறுபடி ஆரம்பிச்சருத்து...

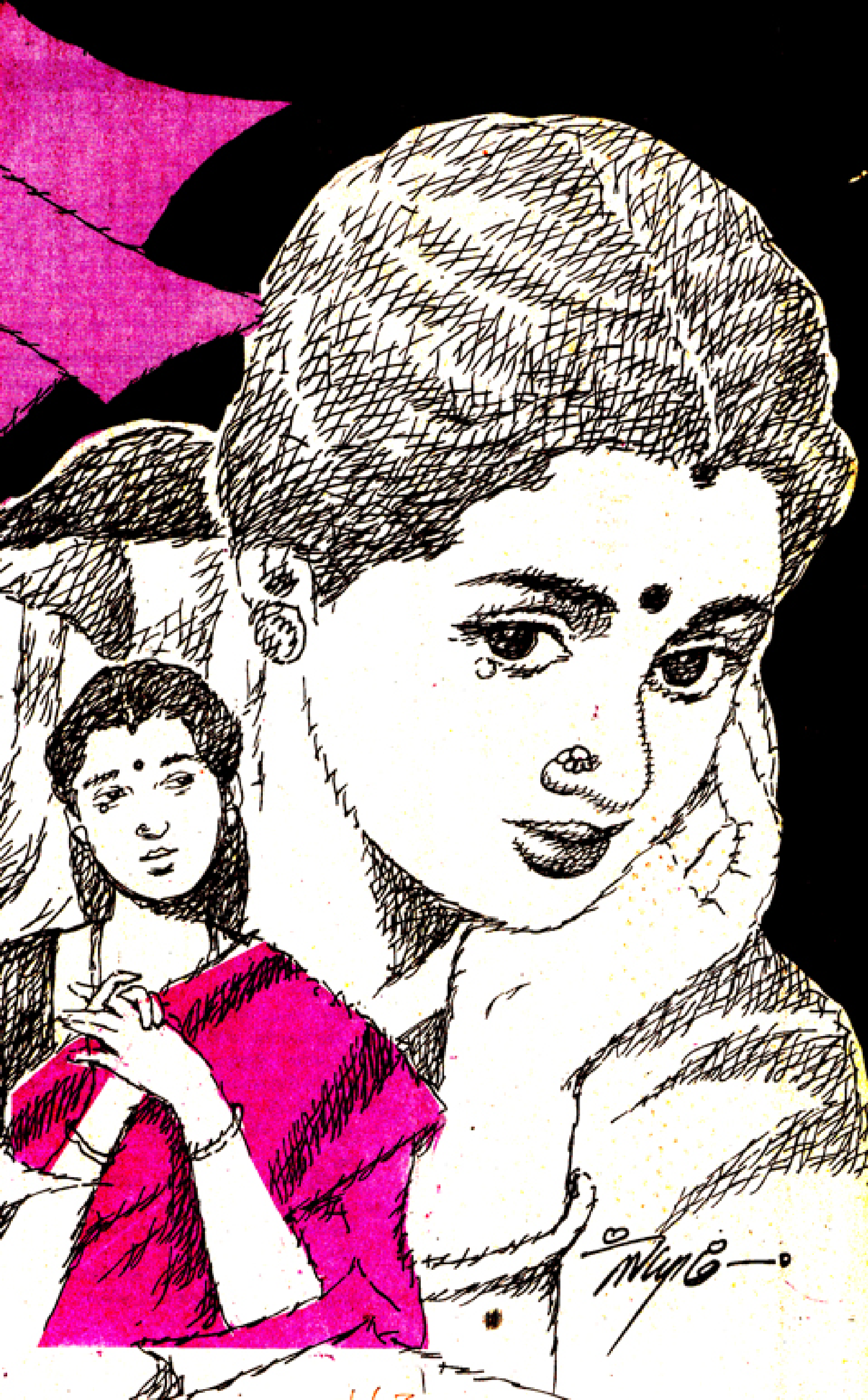
வித்யா புடவை மாற்றிக் கொள்ள ஆரம் பித்தாள்.

அங்கொன்றும் இங்கொன்றுமாய் வீடுகள். நிறைய பிளாட்டுகள் இன்னும் விற்கப் படவில்லை. செம்மண் பாதைகள். தார் ரோடு எப்போது வருமோ. தெரு விளக்குகளே இப் போதுதான் ஒரு மாசமாக எரிகின்றன.

பத்து நிமிஷம் நடந்தால் மெயின்ரோடு. ராகவேந்திர நகர். முன் பகுதியில் குடிசைகள். பின்பகுதி வயல்கள் அழிக்கப்பட்டு பிளாட் டுகள் மலிவாய்க் கிடைத்தது என்று வாங்கிப் போட்டு வீடும் கட்டிக் கொண்டு வந்தாகிவிட்டது.

சங்கருக்கு அதன் பிறகுதான் மாற்றல் உத்திரவு வந்தது. பதவி உயர்வும், மாற்றலும் சேர்ந்து வந்ததால் நிராகரிக்க முடியவில்லை.

'இரண்டே வருஷம். மறுபடி இங்கேயே வந்திரலாம்' என்று யூனியன் உத்திரவாதம் தந்தது.



வார்த்தை விளையாட்டு

பொழுது போகவும் வேண்டும், அதே சமயம் மூளைக்கும் வேலை கொடுக்கும் விதத்தில் ஒரு வார்த்தை விளையாட்டு.

ஏதேனும் இரண்டு சொற்களை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அதுவும் எதிரெதிர்ப் பதங்களாக இருந்தால் இன்னும் சுவாரஸ்யமாக இருக்கும். இரண்டு சொற்களில் உள்ள எழுத்துக்களின் எண்ணிக்கையும் சமமாக இருக்க வேண்டும். உதாரணத்திற்கு பால் மோர். புரைக் குத்தாமல் பாலை மோராக்க முடியுமா? இந்த விளையாட்டில் முடியும். எப்படி?

பால் என்ற சொல்லை மட்டும் எழுதிக் கொள்ளவும். இப்போது 'பா' என்ற எழுத்தை எடுத்துவிட்டு 'வே' என எழுதினால் வேல் என மாறும். இப்படி ஓர் எழுத்தை மட்டும் நீக்கி வேறு எழுத்தைப் போட்டுக் கொண்டே வரவேண்டும். எழுத்தை மாற்றினாலும் வரும் சொல் பொருள் தரவேண்டும். இவ்வாறு மோர் என்ற சொல் வரும்வரை தொடர்ந்து எழுத்துக்களை மாற்ற வேண்டும்.

(பா)ல், வே(ல்), (வே)ர், மோர்

சரி இப்போது தலையை வாலாக்கலாமா?

தலை என்ற சொல்லில் உள்ள 'த'வை நீக்கிவிட்டு 'வி' என்ற எழுத்தைப் போட்டால் தலை, விலை ஆகும். விலையில் உள்ள 'லை'யை நீக்கிவிட்டு 'தை' போட்டால் விதை. 'வி'யை நீக்கிவிட்டு 'க' எழுதினால் கதை. 'தை'யை நீக்கிவிட்டு 'ல்' போட்டால் கல். க-வை நீக்கிவிட்டு 'வா' எழுதினால் வால். தலை, வால் ஆகிவிட்டதல்லவா? தலை, விலை, விதை, கதை, கல், வால்.

எங்கே குயில் என்பதைக் காகம் என மாற்ற முயலுங்கள். முடியாவிட்டால் அடுத்த பக்கம் திருப்பவும்.

வாரம் ஒரு முறை வந்து விட்டுப் போகிறான்.

மாமியார் கூட இருக்கிற தைரியம். முதலில் வித்யாவுக்கு எந்த சிரமமும் தோன்ற வில்லை.

ராகவேந்திர நகரின் எதிரில் சாலையைக் கடந்தால் சுந்தர் நகர். அதில் 'ஏஞ்சல் மெட்ரிகுலேஷன் ஸ்கூல்' இருந்தது. தினேஷைச் சுலபமாய்ச் சேர்க்க முடிந்தது.

'இரண்டே வருஷம். பல்லைக் கடித்துக் கொண்டு ஓட்டி விடலாம்' என்றிருந்தாள்.

சிரமங்கள் ஒவ்வொன்றாய் ஆரம்பித்தன.

கனகம் நிறைய வியாதிகள் சொல்ல ஆரம்பித்தாள்.

தானும் வேலைக்குச் செல்வதால் வீட்டு வேலைகளையும் செய்து கொண்டு போய் வருவதில் ஏகமாய் அலுத்தது.

அடுத்தது... தினேஷ். ஒன்பதரை மணிக்கு ஸ்கூல் ஆரம்பம். இவள் எட்டரை மணிக்குக் கிளம்பும் போதே அழைத்துக் கொண்டு போய் விடுவாள்.

ஆயாவுக்கு மாதம் ஐம்பது ரூபாய் தர ஒப்புக் கொண்டிருக்கிறாள். பள்ளி ஆரம்பிக்கும் வரை தினேஷைப் பார்த்துக் கொள்வது அவள் பொறுப்பு.

பள்ளி நிர்வாகம் தரும் சம்பளத்துடன் உபரியாக ஐம்பது கிடைப்பதில் ஸ்கூல் ஆயாவுக்கும் பரம சந்தோஷம். ஒப்புக் கொண்டாள்.

மாலையில் மூன்று மணிக்கு விடுவார்கள்.

கனகம் முன்பெல்லாம் தானே சென்று அழைத்து வந்தாள். இப்போது அவளால் முடியாமல் போகவும் எதிர் வீட்டு சுசீலா அந்தப் பொறுப்பை ஏற்றுக் கொண்டாள். அவள் பெண்ணும் இங்குதான் படிக்கிறாள்.

சுசீலா ஒரு வாரமாய் ஊரில் இல்லை. அவள் அப்பாவுக்கு உடம்பு சரியில்லையென்று கிளம்பிப் போனாள். வித்யாவின் பாடு திண்டாட்டமாகிப் போனது.

இரண்டு நாட்கள் ஸ்கூலுக்கே அனுப்பவில்லை. இரண்டு நாட்கள் ஆயாவே கொண்டு வந்து விட்டாள். வித்யா இரண்டு நாட்கள் லீவு போட்டாள்.

இன்னும் சுசீலாவைக் காணோம். இவனுக்கும் உடம்பு சுடுகிறது. சரி... இன்றும் லீவுதான்.

இரண்டாவதுதான் படிக்கிறான். அதற்கே இத்தனை பாடத் திட்டங்கள். விளையாட்டுத் தனம் வேறு. 'நீ சொல்லிக் கொடு' என்று அடம் பிடிப்பான்.

மெயின் ரோட்டிற்கு வந்தபோது மணி எட்டே முக்கால். தாமதமாகப் போனால் பதில் சொல்ல வேண்டி வரும்.

"ஏன் அரை நாள் லீவு அப்ளை பண்ணிருங்களேன்..." என்பார், பத்து நிமிஷம் தாமதமானாலுங்கூட.

"உங்களுக்குத்தாங்க நிறைய சலுகைகள். மெடர்னிடி லீவுன்னு மூணு மாசம் உபரியா வேற கிடைக்குது. நேரத்துக்கு வர முடிலேன்னா வேலையை விட்டுருங்களேன்."

கூசாமல் பேசுவார்கள்.

முன்பெல்லாம் சட்டென்று அழுகை வந்து விடும். உதட்டைக் கடித்துக் கொண்டு நகர வேண்டியிருக்கும்.

சில பெண்கள் பட்டென்று ஏதேனும் சொல்லி விடுவார்கள். கெட்ட பெயரும் வந்து விடும்.

வித்யா எதுவும் சொல்வதில்லை. சுபாவத்தில் மென்மையான தன்மை. பதிலே பேச மாட்டாள்.

சங்கர் கூட சில சமயம் ஆச்சர்யமாகவும், சில நேரங்களில் எரிச்சலாகவும் கேட்பான்.

"பேசாம இருந்தா என்னதான் அர்த்தம். சொல்லித் தொலையேன். என்னதான் மனசுல நினைச்சுகிட்டு இருக்கேன்னு."

அதற்கும் மௌனம்தான்.

தேன்மொழி, பூரணி, மூர்த்தி எல்லோரும் வந்து விட்டார்கள்.

"ஹலோ... வித்யா..குட் மார்னிங்."

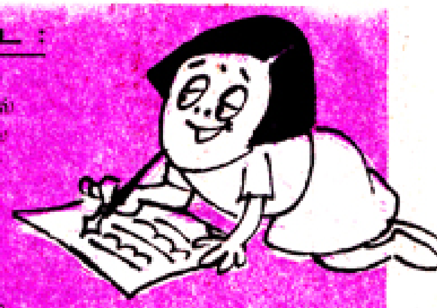
"குட் மார்னிங்..."

"கரெக்டா வந்துட்டே... தப்பிச்சே."

"குருராஜைக் காணோம்... லீவா..."

விடை :

குயில்
வாயில்
வாசல்
வாசம்
ரசம்
ரதம்
மதம்
மலம்
காலம்
காகம்



– பூர்ணிமா

"ஒன்னும் சொல்லலியே."

"அதோ வந்தாச்சு..."

குருராஜ் தன் கனத்த சரீரத்தைத் தூக்கிக் கொண்டு ஓடி வந்தான்.

"அட்டெண்டன்ஸ் உள்ளே போயிருச்சா..."

"இல்லே... சீக்கிரம் கையெழுத்து போடுங்க. சி.எம். சிடுமூஞ்சி. மேனேஜருக்கு இவர்கள் வைத்திருக்கும் செல்லப் பெயர்.

"கேஷ்ல இன்னிக்கு யாரு.."

"பூரணியும் மூர்த்தியும்..."

"வித்யா... உன்னோட கதை வந்திருக்கு பார்த்தியா..."

அன்றைய தினம் வெளியாகும் வார இதழைக் காட்டினான் குருராஜ். சங்கரும் குருராஜும் நெருங்கிய சிநேகிதர்கள். உரிமையாய் வித்யாவை ஒருமையில்தான் அழைப்பான்.

"அப்படியா..." என்றாள் நிதானமாய். "இவ எப்பவுமே இப்படித்தான். கதை பிரசுரம் ஆனா... நானா இருந்தா வானத்துக்கும் பூமிக்கும் குதிப்பேன்..." என்றாள் தேன்மொழி.

"அதனாலதான் நீங்க எழுத்தாளர் ஆகலே. நீங்க குதிச்சா... கீழ் புளோர்ல இருக்கறவங்க சண்டைக்கு வந்துருவாங்க..."

மேனேஜர் வந்து கொண்டிருந்தார். இடம் அமைதியானது.

லஞ்ச் அவரில் வித்யாவிடம் விமர்சனங்கள் பகிரப்பட்டன.

பொதுவாக எல்லோருமே 'நன்றாக இருக்கிறது' என்பார்கள். விதிவிலக்காய் மூர்த்தி பனிச்சென்று விமர்சிப்பான்.

"இது தப்பு. ஏன் இந்த முடிவை நீங்க எழுதியிருக்கக் கூடாது' என ஏக விமர்சனங்கள்.

வித்யா புன்முறுவல் மாறாமல் கேட்டுக் கொள்வாள்.

"நீங்க நெஜம்மாவே ஆச்சர்யமான பெண். ஹப்பி வெளியூர்ல. வீட்டு வேலை வேற. இதுல கதை எழுத எப்படிங்க நேரம் கிடைக்குது."

"எனக்கு வீட்டுக்குப் போனா, அக்கடான்னு படுத்திரலாம் போல இருக்கும். வித்யா... எப்பதான் எழுதுவீங்க டெய்லி எழுதுவீங்களா?..."

"ராத்திரி வேலை எல்லாம் முடிச்சுட்டு எழுதுவேன். பத்து பதினொரு மணி வரை. தினசரி இல்லே... ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாள்.."

"உங்க ஹப்பி என்ன சொல்லுவார்... இதைப் படிச்சுட்டு."

"நல்லா இருக்கும்பார்."

"வேற என்ன சொல்ல முடியும். ஆமா.. மாசம் இதுல எவ்வளவு வரும்?"

"ப்ச... வரும்."

"ஏன் சொல்ல மறுக்கிறீங்க. இன்கம்டாக்ஸ் பிராப்ளம் வரும்னா..."

கேலியாய் சிரிப்பார்கள்.

"சேச்சே... அதெல்லாம் இல்லே... சில பத்திரிகைகள் அனுப்புவாங்க. அதுலயும் வித்தியாசம் இருக்கும். கூடக் குறைய... கணக்கா சொல்ல முடியாது..."

"எப்படியும் ஆயிரம், ரெண்டாயிரம் தேறுமா ஒரு மாசத்துக்கு."

"அவ்வளவு வராது... நூறு... இருநூறு..."

"ப்ச... அவ்வளவுதானா..."

"அதுல உங்களுக்கு செலவு வேற இருக்குமே... பேப்பர் ஸ்டாம்ப்... கவர்..."

"சிரமப்படுத்திகிட்டு எழுதறாங்களே... அதைச் சொல்லுங்க..."

"எழுதிச் சிரமப்படுத்தாம இருந்தா சரி."

மீண்டும் சிரிப்பலைகள்.

இவள் சங்கருக்கு இன்லண்டு எழுதினால் கூட மூக்கை நுழைப்பார்கள்.

"என்ன, கதையா."

இன்லண்டில் கதை எழுத முடியுமா என்ற லாஜிக் எல்லாம் தோன்றாது. கணவன், மனைவி இரண்டு பேரும் சம்பாதிக்கிறார்கள். அதிலும் மனைவிக்குக் கதைகள் மூலம் இன்னொரு வருமானமும் என்ற பொருளாதாரக் கணக்கு மட்டுமே சிலரின் பார்வையில் புலப்படும்.

"**வி**த்யா... உங்களுக்கு ஒரு லெட்டர்" எழுந்து போய் வாங்கிக் கொண்டாள். வரும் போதே பிரித்துக் கொண்டு வந்தாள்.

பெண்களுக்கான மாதப் பத்திரிகை ஒன்றில் இருந்து கடிதம்.

"உங்களால் ஒரு தொடர் செய்ய இயலுமா. முடியும் என்று கருதினால் நேரில் வர முடிந்தால் நல்லது. இதைப் பற்றிப் பேசலாம். அல்லது எழுதவிருக்கும் தொடரின் கரு பற்றி ஓரிரு பக்கங்களில் எழுதி அனுப்பவும்."

ஒரு நிமிஷம் 'ஜிவ்'வென்று வானத்தில் பறப்பது போல் உணர்ந்தாள். எனக்கா... இந்த வாய்ப்பு..

"என்ன லெட்டர் வித்யா.."

ஊஹூம். இப்போது சொல்ல வேண்டாம். ஓரளவு உறுதியாகட்டும். பரிசீலனைக்கு முன்

சமையல் குறிப்புகள்



தினமும் சாப்பிடும் இட்லி பிடிக்கவில்லை என்று குழந்தைகள் அடம் பிடித்தனர். அதனால் அவல் இரண்டு ஆழாக்கும் உளுத்தம் பருப்பு முக்கால் ஆழாக்கும், எடுத்துத் தனித்தனியாக ஊற வைத்து இரண்டு மணி நேரம் கழித்துத் தனித்தனியே மிக்ஸியில் இட்லிக்கு அரைப்பது போல அரைத்து உப்புப் போட்டு எடுத்து வைத்தேன். மூன்று மணிநேரம் ஊறியதும், வாணலியில் ஒரு கரண்டி நெய் விட்டு பச்சைமிளகாய், இஞ்சி, கடுகு, உளுத்தம்பருப்பு, முந்திரிப்பருப்பு, பெருங்காயம் இவற்றைப் போட்டுத் தாளித்து அதில் கொட்டி கருவேப்பிலை, கொத்துமல்லி பொடியாக நறுக்கிப் போட்டேன். இட்லி தட்டில் நிறைய எண்ணெய் தடவி இட்லியை ஊற்றி வேக வைத்து எடுத்துக் குழந்தைகளுக்குத் தட்டில் தேங்காய் வெங்காயச் சட்னியுடன் சாப்பிடக் கொடுத்தேன். பிறகென்ன பாத்திரமே காலி!

-தங்கம்ராமசாமி

தெரியப்படுத்துவானேன்.

"ஒண்ணுமில்லே...இவர்தான்..." என்றாள்.

நினைவாய் மடித்து ஹேண்ட் பாகில் சொருகிக் கொண்டாள். இன்றிரவு தீர் மானித்து விட வேண்டும். நேரில் போனால் நல்லதுதான். சங்கர் என்ன சொல்லுவானோ. அதற்குமுன் கதை பற்றி யோசித்து-

பரபரப்பு அப்பிக் கொண்டது. கைவேலை யில் மனசு பதியாமல் சண்டித்தனம் செய்தது. பிறர் கவனிப்பில் விழக் கூடாதே என்று தயக் கம் வந்தது. எப்போது அலுவலகம் முடியும்... என்று ஏங்க ஆரம்பித்தாள்.

2

வித்யா வீட்டுக்குள் நுழையும்போது வழக்கத்தை மீறி அமைதி நிலவியது.

தினேஷ் ஓடி வருவானே... ஏன் அவனைக் காணோம்..

கனகம் சமையலறையில் இருந்தாள்.

"தினேஷ் எங்கே?"

"ரூம்லதானே படுத்திருந்தான்."

"படுத்து... ஏன்?..." வித்யாவுக்கு லேசாய் பதற்றம் வந்தது.

"காலைல நீயே சொன்னியே.. உடம்பு சுட்டுதுன்னு... பத்து மணிக்குத்தான் எழுந் தான். அழுதான். சரி... பாலைக் குடின்னு கொடுத்தேன். வாந்தி எடுத்துட்டான். எனக்கு என்ன செய்யிறதுன்னு புரியலே. சாதம் வேணாம்னு பிடிவாதம். பிரட் சாப்பிடறி யான்னு கேட்டேன். அதுவும் வேணாம்னு அழுதான். நானா என்ன மருந்து தரது..."

கனகம் சொல்லிக் கொண்டேயிருக்க வித்யா அவசரமாய் படுக்கை அறைக்குள் ஓடி னாள். ஹேண்ட் பாகை கீழே விசிறினாள்.

"தினு..."

அனலாய்ச் சுட்டது.

"தினு..."

மலங்க மலங்க விழித்தான்.

கனகம் அறை வாசலில் நின்றாள்.

"நான் என்ன செய்யிறது. இப்படி ஒரு அத்துவானத்துல வீட்டைக் கட்டி... எதிர் வீட் டுல மனுஷா இல்லாம... எனக்கு வேற தலை வலி..."

"நான் கொஞ்சம் டாக்டர் வீட்டுக்கு போயிட்டு வரேன்..."

அதே ஹேண்ட் பாகை மீண்டும் தோளில் மாட்டிக் கொண்டு தினேஷையும் தூக்கிக் கொண்டு வெளியில் வந்தாள்.

குழந்தை சுருண்டிருந்தது. ஒரு நாள் முழு வதும் கவனிப்பின்றி... என் மகன். என்ன பிழைப்பு இது... இந்த வேலை அவசியமா... அரக்கப் பரக்க ஓடி... பெற்ற குழந்தை பட்டினி கிடக்க... ஓடினாள்.

கிளினிக்கில் கூட்டம் இருந்தது. காத் திருந்து டாக்டரைப் பார்த்து விட்டுத் திரும்பும் போது மணி எட்டரை.

"பயப்பட வேணாம். இந்த மாத்திரை களைக் கொடுங்க," என்றதும்தான் நிம்மதி வந்தது.

ஆட்டோவில் வீடு திரும்பினாள்.

கனகம் சாதம் மட்டும் வைத்திருந்தாள். சாப்பிடவே பிடிக்க வில்லை. தினேஷ் ரசம் சாதம் சாப்பிடலாம் என்று டாக்டர் சொல்லி யிருந்தார். தினேஷ் சாப்பிட மறுத்தான். வற் புறுத்தி பாலைக் குடிக்க வைத்து மாத்திரை களைக் கொடுத்தாள்.

"சங்கர் ஃபோன் பண்ணானா."

"இல்லம்மா... நான் லெட்டர் எழுதினேன். அதுல எழுதியிருக்கேன். மருந்து வாங் கணும்னு ஞாபகப்படுத்தி."

"என்னவோ போ. என்ன மருந்து சாப்பிட் டாலும் வலி போகலே. தினேஷுக்கு நாளைக்கு சரியாயிருமா..."

தினுவின் பெயரைக் கேட்டதும் மளுக் கென்று அழுகை வந்தது. என்னமாய் வாடிப் போய் விட்டான்.

"சரியாயிரும்னு சொன்னாரு."

"நீ நாளைக்கு ஆபீஸ் போறீல்ல..."

என்ன செய்வதென்று புரியவில்லை. போன வாரம் இரண்டு நாட்கள் லீவு எடுத்

அல்ட்ரா கிரைண்ட்+ வீட்ல இருந்தா வேலை எவ்வளவு ஈஸி!



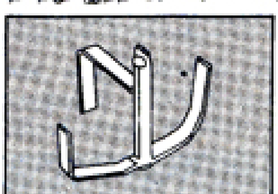
ULTRA GRIND +

12 month warranty

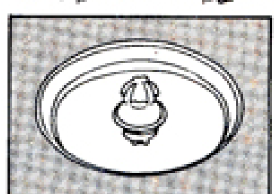
இந்தியாவின் முதல் ''டேபிள் டாப்'' ஆட்டுக்கல்

என்னைப் போல ஒங்களப் போல பிஸியா இருக்கற புதுயுகப் பெண்களுக்காகவே தயாரிச்சிருக்காங்க இந்த அல்ட்ரா கிரைண்ட் + ஆமாம்! இந்த அல்ட்ரா கிரைண்ட் + வந்ததிலேருந்து இட்லி தோசைக்கு மாவு அரைக்கறது ஈஸி! சட்னிக்கு தேங்காய் துருவறது ஈஸி! சப்பாத்தி மாவு பிசையறது ஈஸி! இப்படி, நம்மளோட வேலையெல்லாம் எவ்வளவு ஈஸியாயிடுச்சு பாத்தீங்களா?

என்னப் பொருத்தவரைக்கும் இல்லத்தரசிக்கு வசதி மட்டுமில்ல; இல்லத்திற்கே பெருமை தர்றது இந்த அல்ட்ரா கிரைண்ட் + என்ன, நான் சொல்றது சரிதானே!



மாவு பிசை சாதனம்



தேங்காய்த் துருவி

எல்ஜி தயாரிப்பு

எல்ஜி அல்ட்ரா அப்ளையன்சஸ் லிட்
எல்ஜி ஹவுஸ், திருச்சி ரோடு, கோயம்புத்தூர்-641 045.
போன்: 0422-216132. பேக்ஸ்: 0422-212810
மண்டல அலுவலகம்: சிந்தூர் டவர்ஸ், தொ.பே: 4996824/657795, லஸ் சர்ச் சாலை, சென்னை- 600 004.

PATENT PENDING DESIGN REGD. NO. 163445 & 163446.

புதுயுக வசதி அல்ட்ரா. புதியதோர் அனுபவம் அல்ட்ரா.

Anugrah 1693

ஸ்ரீ மாரியாஸ் பைனான்ஸ் & இன்வெஸ்ட்மெண்ட்ஸ்

H.O. : No. A-20, S.V.V. காம்ப்ளக்ஸ், (சிப்பி தியேட்டர் எதிரில்),
சாஸ்திரி ரோடு, தில்லை நகர், திருச்சிராப்பள்ளி - 620 018.
B.O. : நெ. 27, சாந்திவிஹார் காம்ப்ளக்ஸ், 140, ராயப்பேட்டை ஹை ரோடு,
லஸ் கார்னர், மைலாப்பூர், சென்னை - 600 004. போன் : 8526806.

சிறப்பு டெபாசிட் திட்டம்

காலம் ஒரு வருடம்
ரூ. **10,000** டெபாசிட் செய்பவர்களுக்கு

1 கிராம் தங்க நாணயம் இலவசம்

25% வருட வட்டி

குமுலேடிவ் டெபாசிட் :-

31 மாதத்தில் இரட்டிப்பு

உங்களின் செல்வக்குழந்தைக்கான முத்தான மூன்று திட்டங்கள்

கோல்டன் பேபி சேமிப்புத் திட்டம்

உங்கள் முதலீடு	காலம்	முதிர்வுத் தொகை
Rs. 1000/-	21 வருடம்	1 லட்சம்

குழந்தைகள் கல்வி நல திட்டம்

குறைந்த முதலீடு	மாதம் பெறும் தொகை	வருடம்	முதிர்வு தொகை
ரூ. 10,000/-	ரூ. 200/-	5	ரூ. 15,000/-

திருமணச் சேமிப்புத் திட்டம்

குறைந்த முதலீடு	வருடம்	முதிர்வு தொகை
ரூ. 10,000/-	10	ரூ.1,00,000/-

அனைத்து டெபாசிட்டுகளுக்கும்

- ✿ வட்டிக்கான பின் தேதியிட்ட காசோலை
- ✿ முதிர்வு தொகைக்கான பின் தேதியிட்ட காசோலை
- ✿ உத்திரவாதம், பாதுகாப்பு, உடனடி சேவை

முதியோருக்கான சேமிப்புத் திட்டம்

குறைந்த முதலீடு	மாதம் பெறும் தொகை	வருடம்	முதிர்வு தொகை
ரூ. 20,000/-	ரூ. 400/-	5	ரூ. 25,000/-

ரூ. **50,000/-** மற்றும் அதற்கு மேலும் டெபாசிட் செய்பவர்களுக்கு அசையா சொத்து உத்திரவாத பத்திரம் உங்கள் பெயரில் பதிவு செய்து தரப்படும். செலுத்தும் தொகைக்கு உத்திரவாதம் பின் தேதியிட்ட காசோலைகளாக வழங்கப்படும்.

ஸ்ரீ மாரியாஸ் சிட்ஸ் (பி) லிட்.,

மாதங்கள்	செலுத்தும் தொகை	முன்பதிவுத் தொகை	சீட்டுத் தொகை	பரிசு விபரம்
40	250	25	10,000	V.I.P. பேக்
20	500	25	10,000	டிபன் பாக்ஸ்
20	1,250	50	25,000	பிளாஸ்க்
20	2,500	60	50,000	ஹாட் பேக்
50	2,000	125	1,00,000	டிபன் கேரியர்
20	5,000	125	1,00,000	1 கிராம் தங்க நாணயம்
40	7,500	400	3,00,000	2 கிராம் தங்க நாணயம்

★ சென்னை கிளை அலுவலகம் மட்டும் ஞாயிற்றுக்கிழமைகளிலும் இயங்கும்

தூங்கி விட்டது.

"போகணும்."

"நீ போயேன். மாத்திரை நான் தரமாட்டேனா."

"சரிம்மா..."

"நீயும் சாப்பிட்டுரு..."

கனகம் இரவில் கரைத்த மாதிரி சாப்பிடுவான். ஹாலில் போய் படுத்து விட்டாள். சமையலறை ஒழித்து படுக்க வரும் போது பத்தரை மணியாகி விட்டது.

தினு தூங்கி விட்டிருந்தான். ஜுரம் லேசாய் இருந்தது. மாத்திரைக்கு மட்டுப்பட்டதில் நிம்மதி வந்தது. இதுவரை மறந்து போன லெட்டர் நினைவில் வந்தது. அசதி அழுத்த படுக்கலாம் என்று தீர்மானித்து விளக்கை அணைக்கப் போனவன் மீண்டும் ஹேண்ட்பாகில் இருந்து கடிதத்தை எடுத்துப் படித்தான்.

என்ன மாதிரி ஒரு வாய்ப்பு...

கூடவே உடம்பு கெஞ்சியது. வேண்டாம். முடியவில்லை. படுத்துக் கொள்ளலாம். நாளை பார்த்துக் கொள்ளலாம்.

அழுத் தோன்றியது. வித்யாவின் அப்பா அடிக்கடி சொன்னது நினைவில் வந்தது.

"அம்மா... மனுஷனோட இயல்பு... மனசு தளர்ந்து போகிறதுதான். சுபாவத்துல யாரும் பலவீனம் இல்லே. மனசோட பிரமைதான். என்னால் முடியும்னு நம்பு. நீ செய்வே. என்னால முடியாதுன்னு நினைச்சா முடியவே முடியாது. சூழ்நிலை மீறி ஜொலிக்க உன்னால முடியும்னு மனப்பூர்வமா நம்பு. சாதனைகள் உனக்கு சாத்தியம்."

தலையை வருடியபடி சொல்லுவார்.

அப்பா என்கிற உணர்வு மீறி ஒரு சிநேகிதர் போல... அன்பாய்... மென்மையாய்..

'சூழ்நிலை மீறி உன்னால் ஜொலிக்க முடியும்.'

என்ன மாதிரி வார்த்தைகள். என்னால் முடியுமா... என்று தளர்ந்து போகும் போதெல்லாம் இந்த வரிகள்தான் நினைவில் வரும். தூக்கி நிறுத்தும்.

அவளுடைய முதல் கதை பிரசுரமான போது அப்பாதான் தபால்காரரிடம் இதழை வாங்கினார்.

"உன் பேருக்குத்தாம்மா வந்திருக்கு."

பிரித்துப் படித்து விட்டு பெருமையாய் கை குலுக்கினார்.

"நல்லா எழுதறேம்மா. நல்லா வருவே. எப்பவும் எழுத்தை விட்டுராதே. வேலைக்குப் போனாலும், கல்யாணமாகிப் போனாலும்... புரிஞ்சுதா" என்றார்.

இந்த மாத இதழில் வித்யாவின் ஆறேழு கதைகள் பிரசுரமாகி நிறைய வாசகர்களின் பாராட்டுக்களைப் பெற்றிருக்கின்றன.

அதனால்தான் தொடர் எழுதவே அழைத்திருக்கிறார்கள்.

நிரூபிக்க வேண்டும். தனது திறமை அவர்கள் நினைப்பது போல, எதிர்பார்ப்பது போல... நிஜமானது நிச்சயமானது என்று உணர்த்த வேண்டும்.

'கடவுளே... எனக்குப் பலம் கொடு. என் மனசுக்குத் திடம் கொடு.'

வித்யா கண்மூடி பிரார்த்தித்தாள். எதிரே வெள்ளைத் தாள்கள். பேனா.

என்ன எழுதலாம்... எதை எழுதுவது... வித்தியாசமாய்... பளிச்சென்று மனதில் பதிவதாய்... புதுமையாய்...

காலையில் இன்னும் லேசாய்க் காய்ச்சல் இருக்க தினேஷ் அயர்ந்து தூங்கிக் கொண்டிருந்தான்.

கனகத்திடம் விளக்கமாக எடுத்துச் சொன்னாள்.

"அவன் எழுந்த உடனே ஒரு டோஸ் கொடுத்துருங்க. அப்புறம் ரசம் சாதமா சாப்பிட வச்சு... ரெண்டு மணிக்கு இன்னொரு டோஸ் கொடுங்க. முடிஞ்சுதுன்னா நான் சீக்கிரமா வரேன்..."

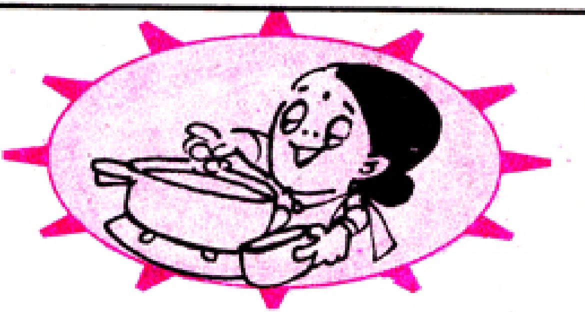
"நான் பார்த்துக்கறேன். நீ போ... தைரியமா..." என்றாள்.

நல்ல வேளையாக இன்று எந்த வலியும் சொல்ல வில்லை.

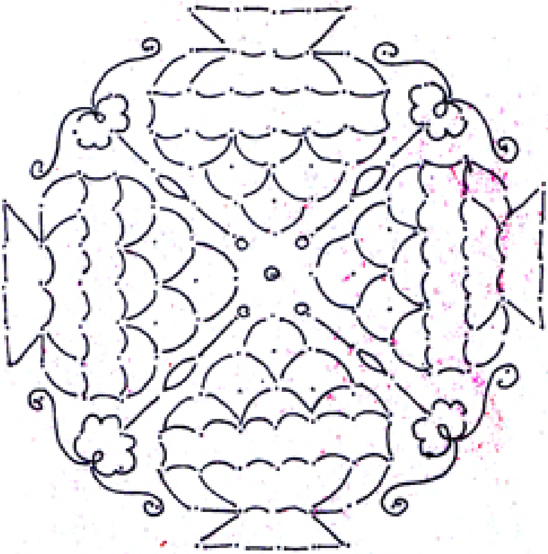
அலுவலகப் பரபரப்பில் எழுதி வைத்த குறிப்புகளை மீண்டும் படிக்கவேண்டும் என்

பெரிய காராமணியை, ஊறவைக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. அலம்பி, குக்கரில் அடியில் போட்டாலே நன்கு வெந்து விடும்.

– பார்வதி



15 புள்ளி 5 வரிசை 5ல் நிற்க.



—உமாமகேஸ்வரி

பது மறந்து போனது.

நேற்றிரவு திருப்தியாய் எழுதி வைக்க பனி ரெண்டு மணியானது. அதற்கு மேல் கண் விழிக்க இயலவில்லை. கண் எரிச்சலும் தலை வலியும் சேர உடம்பு கெஞ்சியதில் அப்படியே சாய்ந்து தூங்கி விட்டாள்.

வழக்கம் போல ஐந்து மணிக்கே எழுந்ததில் இன்னமும் அசத்தியது.

'லீவு போட்டு விடலாமா' என்று ஏங்கியது மனசு. முடியாது போயே தீர வேண்டும். வேறு ஏதேனும் அவசர நேரங்களில் லீவு தேவைப் படும்.

வந்தாகி விட்டது லஞ்ச் நேரம் எப்போது வரும் என்று காத்திருந்து பேப்பர்களைக் கையில் வைத்துக் கொண்டாள்.

தேன்மொழி இவளிடம் பேச முயற்சித்து பிறகு இவள் கவனம் பேச்சில் இல்லை என்று உணர்ந்து பூரணியிடம் திரும்பிக் கொண்டாள்.

நிறைவான கதையாக இருந்தது. குறிப்புகள் தெளிவாக ஓடி முடிவில் அழுத்தமாய் முடித் திருந்தாள். வாழ்க்கையில் போராடும் ஒரு பெண்ணைப் பற்றியது. சூழ்நிலை மீறி ஜொலிக்க முயற்சிக்கும் அவளுக்கு நிறைய முட்டுக் கட்டைகள்.

'இரவில் சூரியன் வரக் கூடும் என்றால் எவர்தான் நம்ப முடியும்?'

நம்பிக்கை என்பது மழை மேகங்கள் விலகி சூரிய உதயம் பகலில் வரும் என்பதே.

பொய்யான நம்பிக்கைகள் இரவில் சூரியன் என்பது போல. அத்தகைய தவறை இனியும் வசந்தி செய்ய மாட்டாள்...!

இப்படித்தான் முடிக்கப் போகிறேன். கதை தங்களுக்குப் பிடிக்கும் என்று நம்புகிறேன். வாய்ப்புக்கு நன்றி.

உறையிலிட்டு ஒட்டினாள். வாசலில் ஒரு தபால் பெட்டி இருந்தது. தானே சென்று போஸ்ட் செய்து விட்டு வந்தாள்.

"என்னங்க... ஏதோ பெரிசா எழுதி ரகஸ்யமா போஸ்ட் பண்ணிட்டு வரீங்க" என்றான் மூர்த்தி.

"வேறென்ன கதைதானே..."

"சஸ்பென்ஸ் தாங்க முடியலே... சொல் லுங்களேன்."

சகாக்களின் பேச்சு பாதிக்காத மாதிரி புன்னகைத்தாள்.

"இவங்க சரியான பி.எம்.ஆச்சே. மஹா அழுத்தம். ஒரு வார்த்தை வாங்கிர முடியாது."

"நாமன்னா உளறிக் கொட்டிருவோம்."

"பாரேன்...அசையறாங்களான்னு.."

"அதெல்லாம் ஒன்னுமில்லே. கதைதான். பிரசுரமானா உங்களுக்கே தெரியப் போவுது" என்றாள் மௌனத்தைக் கலைத்து.

"அதுசரி. மத்தவங்களுக்கும் எங்களுக்கும் வித்தியாசம் இல்லியா. நீங்க எங்ககூட வேலை பார்க்கிறீங்க. எங்களுக்கு முன்னாலேயே தெரிஞ்சாத்தானே பெருமை. பத்திரிகையில வந்த பிறகு மத்தவங்க கூட படிச்சுத் தெரிஞ்சுகிட்டா... அப்புறம் எங்க மதிப்பு என்ன ஆகும்."

"சும்மா விடுங்கப்பா... முன்னாலேயே சொல்ல முடியுமா ஒவ்வொரு தடவையும்" என்றபடி வந்தான் குருராஜ்.

"வாங்க ஸார்... மிஸ்டர். வக்காலத்து..."

வித்யாவுக்குச் சட்டென்று நினைவில் வந்தது.

'இன்னிக்கு முடிஞ்சுதுன்னா சீக்கிரமா வரேன்.'

"குருராஜ் ஸார்..." என்றாள் மெல்ல.

"என்ன வித்யா..."

"நினுக்கு பீவர்... நேத்து ராத்திரி..."

"அய்யோ... அப்புறம். லீவு போட வேண்டி யது தானே..." என்றான் நிஜமான படபடப் புடன்.

"லீவு பிரச்னை. வேற வழியில்லே. வந் தாச்சு..."

"சொல்லு... எனி ஹெல்ப்... சீக்கிரம் போகணுமா" வித்யாவுக்கு நெகிழ்ந்தது. புரிந்து கொண்டு விட்டான்.

"ஆமா... ரெண்டு மணிக்கு கௌண்டர் முடிஞ்சதும் போகலாம்னு..."

"நோ... பிராப்ளம். சி.எம்.ட்ட ஒரு வார்த்தை சொல்லிரு. உன்னோட லெட்ஜரை நான் செட்டில் பண்ணிட்டு அப்புறம் போறேன்."

"தேங்க்ஸ்...." என்றாள் கண்கள் பனிக்க.

கனத்த சரீரம் அசைந்து போனது.

மேனேஜர் முதலில் சுணங்கிக் கொண்டா லும் குருராஜ் வேலையை முடித்து விடுவான் என்பது புரிந்ததும் சம்மதித்து விட்டார்.

எதிர் பேக்கரியில் பிரட் வாங்கிக் கொண்

டாள். மதியம் என்ன சாப்பிட்டானோ...

வித்யா கிளம்பிப் போன அரை மணி நேரத்திற்குப் பிறகு குருராஜுக்கு வீட்டிலிருந்து ஃபோன் வந்தது.

"அப்பா திடீர்னு நெஞ்சு வலின்னு சொல்றார். நீ உடனே நம்ம நர்சிங்ஹோம் வரியா... ராமகிருஷ்ணன்ட்டதான் போறோம்" என்றான் தம்பி.

"இதோ வரேன்..."

குருராஜ் அவசரமாய்க் கிளம்பிப் போனான்.

சங்கரிடமிருந்து மூன்றரை மணிக்கு ஃபோன் வந்தது.

"வித்யா... வித்யா எங்கே.." என்றான் மூர்த்தி.

"இல்லியே.. அவங்க அப்பவே போயாச்சு..."

"போயாச்சா... அவங்க ஹப்பி ஃபோன்ல இருக்கார்."

"என்ன விஷயம்னு கேளுங்க."

"குருராஜும் போயிட்டானே... ரெண்டு பேரும் ஏதோ பேசிகிட்டாங்க..." அரைகுறையாய்க் கேட்ட மூர்த்தி ஃபோனில் விசாரித்தான்.

"அவங்க குருராஜோட வெளியே போயிட்டாங்களாம். என்ன மேட்டர் ஸார். ஏதாவது சொல்லணுமா..." என்றான்.

எதிர்முனையில்... ஃபோன் துண்டிக்கப்பட்டது.

"ம்ஹூம்- வச்சிட்டார்-" என்றான் ரிசீவரை வைத்தபடி.

3

சனிக்கிழமை இரவு எப்போதும் போல சங்கர் வந்தான். வித்யாவிடம் முகங்கொடுத்துப் பேசவில்லை.

சில நேரங்களில் அவன் இம்மாதிரி நடப்பது சகஜம்தான். பிரிவின் வேதனையில் அவன் இம்மாதிரி ஊடிக் கொள்வதும் தின்று வைத்துத் தூங்க வைத்தபின் வித்யா அவனைச் சமாதானப் படுத்திவிடுவதும் வாடிக்கையான காட்சி.

கனகம் முனகலுடன் அவனை வரவேற்றாள்.

"ரொம்ப முடியலைடா... வலி அசாத்தியமா இருக்கு" என்றாள்.

தாயிடம் ரொம்ப வாஞ்சை அவனுக்கு. அருகில் உட்கார்ந்து பொறுமையாய்க் கேட்பான்.

"உனக்கு ஒண்ணுமில்லேம்மா. எல்லாம் சரியாய் போயிரும். இந்த தடவை மருந்தீஸ்வரர் கோவிலுக்குப் போனேன். உன் பெயருக்கு அர்ச்சனை பண்ணிட்டு வந்தேன். இந்தா விபூதி" என்று கொடுப்பான்.

கனகம் முகம் தெளிவடைந்து விடும். அந்த வாரம் முதலிரு நாட்களில் எந்த வியாதியும் சொல்ல மாட்டாள்.

இந்த முறை அவளையும் அலட்சியப் படுத்தினான்.

'வலி' என்று சொன்னவளைத் திரும்பிக் கூட பார்க்கவில்லை.

"மருந்து வாங்கிகிட்டு வந்தியா" என்றாள்.

பேசாமல் மௌனமாய் இருக்கவும் வித்யாதான் கேட்டாள்.

"என் லெட்டர் கிடைச்சுதா... நான் கூட எழுதியிருந்தேனே. அம்மாவுக்கு மருந்து வேணும்னு."

அவனது பையை ஆராய்ந்தாள். வெடுக்கென்று பிடுங்கிக் கொண்டான்.

"என்னங்க இது.. குழந்தை மாதிரி."

கனகம் எதுவும் பேசவில்லை. வாசல் பக்கம் போய்விட்டாள்.

"பாவம் நீங்க மருந்து வாங்கிகிட்டு வரப் போறீங்கன்னு ஆசையா இருந்தாங்க..."

பைக்குள் இருந்த துணிகளை வெளியே வீசினான். மருந்து பாட்டிலை எடுத்து வைத்தாள்.

"அய்... இதோ இருக்கே. சொல்ல வேண்டியதுதானே" என்றபடி பாட்டிலுடன் வாச

மனைவியின் பிறந்த வீடும் ஒரு வீடுதான். மாறி வரும் இந்நாளில் சாய்ந்து கொள்ள, சார்ந்து நிற்க மனைவியின் பிறந்தகமும் ஒன்று. ஆனால் அது தான் அதிகம் விமர்சிக்கப்படுகிறது. சில கணவன் மார்கள் தடை உத்திரவு போட்டு நிரந்தரமாக உறவினை முறித்து விடுவதுண்டு. குறை, நிறை உள்ள உங்கள் வீடு போல அது இன்னொன்று. மனந்திறந்த பேச்சு, எதிர்பார்ப்புகள் ஒருவருக்கு ஒருவர் பகிர்ந்து கொண்டால் உறவு பலப்படும்; மனம் லேசாகும்.

- ஜி. பூங்கோதை



"எனது முதலீட்டின் ஆரோக்கியம் கருதி முழுவதுமாகப் பரிசோதனை செய்தேன்"



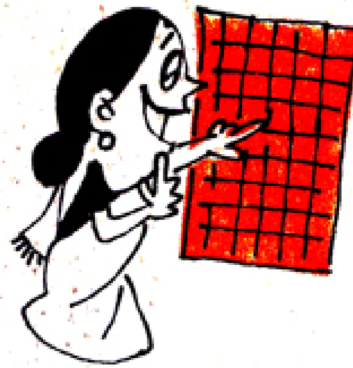
டாக்டர் **R.A. கிருஷ்ணன்,**
25, மூன்றாவது குறுக்குத் தெரு, ஆர்.கே. நகர்,
சென்னை 600 028. போன் : 4938159

"நோயாளிகள் என் நேர்மையான உடற்கூறு பரிசோதனைகளின் பேரில் வைத்திருக்கும் நம்பிக்கையைப் போல நான் எனது பணத்தின் பாதுகாப்பிற்கும் நேர்மையான முதலீட்டிற்கும் ராம் காஷ்யப் இன்வெஸ்ட்மெண்ட் லிமிடெட் மீது நம்பிக்கை வைத்திருக்கிறேன். தவிரவும் எனது தேவைகளில் அவர்கள் காட்டும் தனிப்பட்ட அக்கறை ... மனதில் பதிந்து விட்டது".

புதுவருடக் காலண்டர்கள் வந்துவிட்டதா? ஒன் மினிட்... மாட்டுவதற்குமுன் உங்கள் 'மன்த்லி ஷீட்' காலண்டரில் சில குறிப்புகளை எழுதிவிடுங்கள்... அந்தந்தத் தேதிக்குக்கீழ் குழந்தைகள், நண்பர்கள், உறவினர்களின் பிறந்தநாள், திருமண நாள், ஸ்கூல் பீஸ் கட்ட வேண்டிய தேதிகள், பால்கார்டு மாற்ற வேண்டிய கடைசிநாள், இன்சூரன்ஸ் பாலிசி தொகை கட்ட வேண்டிய நாட்கள் போன்றவைகளை எழுதி வைத்து விடுங்கள். கண்ணில் படும் இடத்தில் காலண்டரை மாட்டி வைத்து விடவும்.

'என்ன ஆச்சு, உன் ஞாபகமறதி போயே போயிடுச்சே' என்ற பாராட்டை இந்த 'கேலண்டர் டைரி' உங்களுக்குப் பெற்றுத் தரும், ஆண்டு முழுவதும்!

- உஷா



லுக்குப் போனான்.

"இந்தாங்க- வாங்கிகிட்டு வந்திருக்கார்."

"ஏன், அதை என்கிட்டே தரக்கூடாதா... பெத்தவ பாரமா போயிட்டேனா..."

"சேச்சே... அவருக்கு என்ன பிரச்னையோ. வந்ததிலேர்ந்து சரியாவே இல்லே. நானா பையைத் தேடி எடுத்தேன்."

"என்னவோ போ. கல்யாணம் ஆன பிறகு புத்தி கெட்டுப் போயிடும் புள்ளைங்களுக்குன்னு சொல்லுவாங்க. இவன் அப்படி இருக்க மாட்டான்னு நினைச்சேன். இவனும் மாறிட்டான் போல இருக்கு" என்றாள் கசப்பைக் குரலில் குழைத்து.

வித்யாவுக்கு வருத்தம் வந்தது.

இவருடைய போக்கால் எனக்கு அல்லவா கெட்ட பெயர் வருகிறது. ஏன் இப்படிச் செய்கிறார்?

இரவுச் சாப்பாடு மௌனமாய்க் கழிய படுக்கையில் தனிமையில் அவனை இறுக்கிக் கொண்டாள்.

"என்ன போங்க... வாழ்க்கை.. பேசாம என் வேலையை விட்டுரலாம் போல இருக்கு. உங்க கூட வந்திரலாம்னு தோணுது. இந்த வாரம் தினுக்கு ரொம்ப சீரியசாப் போயி... பயமுறுத்திட்டான். பேங்க்லேர்ந்து வந்ததும் டாக்டர் கிட்டே ஓடினேன். அவர் கொடுத்த மருந்துல ஜுரம் தணிஞ்ச பிறகுதான் நிம்மதியாச்சு" என்றாள்.

சங்கரிடம் எந்தப் பதற்றமும் இல்லை.

"என்னங்க. என்ன பிரச்னையா எதுவும்."

"ப்ச."

"உடம்பு சரியில்லையோ..."

நெற்றியில் கை வைத்துப் பார்த்தாள்.

"சாப்பாடு ஒத்துக்கலே.-வேற ஒரு வீட்டுல சாப்பிடலாம்னு இருக்கேன்னு போன தடவை சொன்னீங்களே- மாத்திட்டீங்களா... வயித்து வலி தேவலையா..."

படபடவென்று பேசினாள்.

"என்னங்க... அப்புறம் இன்னொரு முக்கியமான விஷயம். நீங்க கேட்டா ரொம்பவும் சந்தோஷப் படுவீங்க."

அவள் கையை மெல்ல விலக்கி நேராகப் படுத்தான்.

"என்னோட தொடர்கதையைப் போடறேன்னு கேட்டிருக்காங்க. கதைச் சுருக்கம் எழுதி அனுப்பச் சொன்னாங்க. எழுதியிருக்கேன். மெட்ராஸுக்கு ஒரு தடவை போயிட்டு வந்தாத் தேவலைங்க. நீங்க வர முடியுமா..."

தினேஷ் சிணுங்கி விட்டுத் தூங்கினான்.

"இந்த தடவை ஜுரத்துல ரொம்ப இளைச்சுட்டான். என்னவோ போங்க. இவனையே என்னால கவனிக்க முடியலே. இதுல இன்னொரு கஷ்டம் வேற..." மெல்ல சிணுங்கினாள்.

சங்கரின் முகம் இறுகியதை வித்யா கவனிக்கவில்லை.

"இந்தத் தடவை தள்ளிப் போயிருச்சு. அநேகமா நான்..."

சங்கர் எழுந்து அமர்ந்தான். வித்யாவும் உட்கார்ந்தாள்.

"என்ன சொல்றீங்க. பெத்துக்கலாம்தானே. தினுவுக்கும் ஏழு வயசாச்சு. ரெண்டாவது வேணும்னு அடிக்கடி சொல்வீங்களே. இது தான் ரைட் டைம். அப்புறம் எனக்கும் முடியாது. இதுவே பொண்ணோ பையனோ."

"உன் இஷ்டப்படி செய்யி.." என்றான் இத்தனை நேர மௌனம் கலைத்து.

"... என்ன பேச்சு இது. உங்களுக்கு ஆசைன்னு அடிக்கடி சொல்லிட்டு... இப்ப என்னோட விருப்பம்னா என்ன அர்த்தம்"- இன்னமும் அவன் இறுக்கம் புரியாமல் கொஞ்சலான குரலில் கேட்டாள்.

"என் இஷ்டத்துக்குத்தான் எல்லாம் நடக்குதா."

'ஐ டோண்ட் கேர்' பாணியில் அசட்டையாய்ப் பேசியவனின் குரலில் தெரிந்த அலட்சியம் உறுத்த முதன் முறையாய் வித்யா கருத்திபேதம் உணர்ந்தாள்.

(குறுநாவலின் தொடர்ச்சி அடுத்த இதழில்...)

வழுக்கைப் பிரச்னை!

இன்றைய இயந்திர வாழ்க்கையின் முறையில் ஆண்களுக்கு எத்தனை எத்தனையோ பிரச்னைகள்! தலையில் வழுக்கை ஏற்படுகிறது. பொடுகு, முகப் பருக்கள் என உருவாகி தோற்றப் பொலிவுக்கு, அழகுக்குக் கேடு விளைவிக்கும் தலையாய பிரச்னைகளாகிறது.

சாதாரணமாகத் தலைமுடியைச் சீவும்போது ஒரிரண்டு முடிகள் கொட்டினாலும் எங்கே வழுக்கை விழுந்து விடுமோ என்று நமக்குப் பயம் வந்துவிடுகிறது. உண்மையில் ஒரிரு முடிகள் இயற்கையாக விழுவதும் வளர்வதுமாக

• புழுவெட்டு...



இருக்கும். ஆனால் அதிகமாகக் கொட்டினால்தான் கவனிப்பு தேவை.

உப்புத் தண்ணீர், உணவில் ஊட்ட சத்துக்கள் குறைந்தால் முடி கொட்டும் என்று அனைவரும் நினைக்கிறோம். ஆனால் பெரும்பாலானவர்களுக்குக் குறிப்பாக ஆண்களுக்கு முடிகொட்டக் காரணம் உடலில் சுரக்கக் கூடிய ஹார்மோன்கள் சரிவிகிதமின்மைதான்.

குடும்பப் பாரம்பரியத்தில் வழுக்கை இருந்து முடிகொட்ட ஆரம்பித்தால் உடனடியாகச் சிகிச்சை பெறுங்கள். இல்லையேல் நெற்றியின் முன்பகுதி அல்லது உச்சிப் பகுதியில் முடி உதிர ஆரம்பித்து "இளம் சொட்டையை" ஏற்படுத்தி வயோதிகத் தோற்றத்தை உருவாக்கிவிடும். சிலருக்குப் பாரம்பரியம் இல்லாமலும் தோன்றலாம்.

டைபாய்டு, மலேரியா, மஞ்சள் காமாலை போன்ற நோய்களுக்குப் பின்னால் பலருக்கு வழுக்கை ஏற்பட்டுள்ளது. பெண்களுக்குப் பிரசவத்துக்குப் பின் முடிகொட்டலாம். மாதவிடாய் சமயத்தில் இரத்தப்போக்கு அதிகம் ஏற்பட்டாலும் முடி உதிரலாம். பொடுகு, பேன் இருந்தால் ஏராளமாக முடிகொட்டும்.

ஹோமியோ மருந்துகள் மூலம் வழுக்கையைக்

• ...மறைகிறது



குணப்படுத்தலாம். முடிகொட்டுதலை மிக விரைவாக நிறுத்திக் காட்ட முடியும்.

வழுக்கை ஏற்படுவதில் சிலருக்கு வேரோடு விழுந்து வழுக்கை ஏற்படு வதும் உண்டு. ஒரு சிலருக்கு முடி மிக மென்மையாக மாறிக்கொண்டே வரும், நீளம் குறைய ஆரம்பிக்கும். பிறகு சுருண்டு அப்படியே வழுக்கையைத் தோற்றுவித்துவிடும். மயிர்க்கால்கள் சுருங்கி தழும்பு விழுந்துவிட்டால் ஒன்றும் செய்ய முடியாது. இந்த அறிகுறிகள் தோன்றியவுடன் சிகிச்சை பெறுங்கள்.

ஒரு சிலருக்குத் தலையில் ஆங்காங்கே சொட்டை சொட்டையாக ஏற்படுவதுண்டு. இதனை "புழுவெட்டு" என்பார்கள். பெரும்பாலோருக்கு இது பூஞ்சைக்காளானால் ஏற்படுவது, சில ருக்குப் பால்வினை நோய் தாக்குதல் இருந்தாலும் ஏற்படலாம்.

பொடுகு :

நமது தலைசருமத்தில் உள்ள எண்ணெய்ச் சுரப்பிகள் 'சீபம்' எனப் படும் எண்ணெய்த் திரவத்தை அதிகம் சுரந்து தலையில் படிய வைக்கும். அவை உலர்ந்து சருமத்தில் வெளிச் செல்களுடன் சேர்ந்து துகள்களாக வெண்மையாக உதிரும். இதைத்தான் 'பொடுகு' என்று கூறுகிறோம்.

முகப்பருக்கள் அதிகமாக இருப்பவர் களுக்குப் பொடுகு அதிகமாக இருக்கும். பொடுகு அதிகம் இருந்தால் தலையில் அரிப்பை உண்டாக்கிவிடும். அதிகமாகத் தலையைச் சொரிய சொரிய தலையில் புண்கள் கூட ஏற்படலாம். முடியின் வளர்ச்சி குறைந்து சில தொற்று வியாதி கள் கூடத் தோன்றலாம்.

நாம் தலைமுடிக்குப் பயன்படுத்தும் வாசனை தைலங்கள், அழகு சாதனங்கள் ஹேர்-டை போன்றவைகள் ஒரு சில ருக்கு ஒவ்வாமையை ஏற்படுத்தி அரிப்பை உண்டாக்கலாம். இந்த ஒவ்வாமை நிலை நீடித்தால் சிறுசிறு கொப்பளங்கள் தோன்றி, நீர் வடிய ஆரம் பிக்கும், துர்நாற்றம் வீசும் 'எக்சிமா'



• டாக்டர் ஆர். ஞானசம்பந்தம்

எனப்படும் ஒவ்வாமை நோய் தோன்றி விடுகிறது.

ஒரு சிலருக்கு உடல் முழுவதும் செதில் செதிலாக உதிர்வதைப் பார்த் திருப்பீர்கள். அதேபோல தலையிலும் மீன் செதில் போல உதிரும். இது பொடுகல்ல. சோரியாஸிஸ் எனப்படும் நோய். இந்தச் செதில் உரிதல் நோய் சொட்டையை உண்டாக்காது. பார்ப்ப தற்குச் சருமம் மிகச் சிவப்பாகத் தோன் றும்.

சில ஆண்களுக்கு மீசை தாடி வளரும் இடங்களில் அரிப்பு உண்டா கும். இதுவும் ஒரு தொற்று நோய். இது சலூன்களில் இருந்து பரவும்.

பொடுகை ஒழிக்கும் என்று கூறப் படும் வாசனை திரவியங்கள், எண்ணெய்கள், ஷாம்புகள் அந்தச் சமயத்தில் மட்டுமே நிவாரணம் கொடுக்கும். நிரந்தர குணம் உள் சாப்பிடும் மருந்துகளால் மட்டுமே அளிக்க முடியும். சரும வியாதிகளை வேரறுப்பதில் ஹோமியோபதி மருத்துவம் சிறந்தது.

நரை :

நரை ஒரு வயது, அழகு பிரச்னை. இயற்கையாக நாற்பதில் வரவேண்டிய நரை தற்காலங்களில் சிலருக்குச் சிறு வயதிலேயே தோன்றிவிடுகிறது. முடிக்குக் கருமை நிறத்தைக் கொடுக்கக் கூடிய மெலானின் நிறமி

அணுக்கள் குறைவதால் இளநரை ஏற்படுகிறது. அதிகமான மன உளைச்சல், காப்பி, டீ அதிகம் சாப்பிடுதல், பொடுகு போன்றவை களும் இளநரைக்கு வித்திடுகின்றன. உணவில் அன்னாசி, கேரட், பீட்ரூட், நெல்லிக்காய், பிளம்ஸ் போன்றவைகள் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

ஹேர்டை அடிப்பதால் ஏதாவது தீங்கு நேருமோ என அனைவரும் பயப்படுவது இயல்பு. முடிக்குச் சாயம் பூசுவதால் எந்தக் கெடுதலும் நேராது. ஆனால் மயிர்க்கால்களை பாதிக்கா வண்ணம் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். டை உபயோகித்து அரிப்புத் தோன்றினாலோ, பொடுகு ஏற்பட்டாலோ ஒத்துக் கொள்ளவில்லை என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். சிலருக்கு டையினால் தலைவலி தோன்றுவதும் உண்டு. அனைவருக்கும் முடி கருகருவென கால்வரை வேண்டுமென ஆசை. முடியின் வளர்ச்சிக்கு நல்ல ஆரோக்கியம் அவசியம். மயிர்க்கால்களின் தன்மையைப் பொறுத்து தான் முடிவளரும். வளர்ச்சியைத் தூண்ட ஹேர் ஆயில்கள் மட்டும் போதாது.

உள் சாப்பிடும் மருந்துகளும் தேவை. ஹோமியோபதி மருந்தின் சொட்டுமருந்துகள் இனிப்பு உருண்டைகள் பலனளிக்கும்.

சிலருக்கு முடியின் நுனி நான்கைந்தாக வெடிப்பதுண்டு. முடியில் சிறுசிறு முடிச்சுகள் தோன்றி சடை விழுவதும் உண்டு. இது முடியின் ஆரோக்கியமின்மையைக் காட்டுகிறது.

தலைமுடிக்கு ஆயில் தடவலாமா? வேண்டாமா? எனப் பலருக்கு ஐயப்பாடு. இயற்கையாகச் சிலருக்குத் தலைமுடி வறண்டதாக இருக்கும். சிலருக்கு ஈரப்பசையுடன் இருக்கும். வறண்ட கேசமுடையவர்கள் ஆயிலை நாள்தோறும் பயன்படுத்தலாம்.

நாள்தோறும் தலைக்குக் குளிக்கலாம். தவறில்லை. பெண்களுக்கு இது சாத்தியமில்லையென்றாலும் இரு நாள்விட்டு ஒருநாள் குளித்துச் சுத்தமாக இருக்க வேண்டும். சளி பிடித்துக் கொள்ளும், சைனசைடிஸ் வந்துவிடும் என பயப்படாமல் சிகிச்சை பெற்றுக் குணம் பெறலாம்.

ஒருவர் உபயோகிக்கும் சீப்பு, ரேசர் போன்றவைகளை மற்றவர் பயன்படுத்தக் கூடாது. முடியின் வளர்ச்சியைத் தூண்ட இரும்புச் சத்துள்ள நிறைய காய்கறிகள் சாப்பிடுவது நல்லது. உணவில் காய்கறிகள் கால்சியம் மிகுந்த உணவுப் பொருள்களைச் சேர்க்க வேண்டும்.

அகன்ற பற்கள் உடைய சீப்பு பயன்படுத்துவது நல்லது.

(டாக்டர் ஆர். ஞானசம்பந்தம் பல்லாண்டுகளாக ஹோமியோபதி மருத்துவம் செய்வதில் நிபுணராக விளங்குகிறார். ஈரோடு அரசு மருத்துவமனை எதிரில் மருத்துவமனை மற்றும் ஆராய்ச்சி மையம் நடத்தி வருகிறார். சனிதோறும் சென்னை இராயப்பேட்டை லாயிட்ஸ் ரோடு சிவா மருத்துவமனைக்கும் வந்து சிகிச்சையளிக்கிறார்.)

ஃபோம் மெத்தையில் சித்தெறும்பு வந்து தொல்லை
கொடுத்தது. காரமான கற்பூரத்தைக் கட்டிலில்
மெத்தையின் அடியில் ஆங்காங்கே போட்டுவிட்டு,
மேற்பரப்பிலும் போட்டு ஷீட் போட்டுவிட்டேன்.
எறும்பெல்லாம் 'டாடா' போய்விட்டது.

- ஆர். ரேவதி

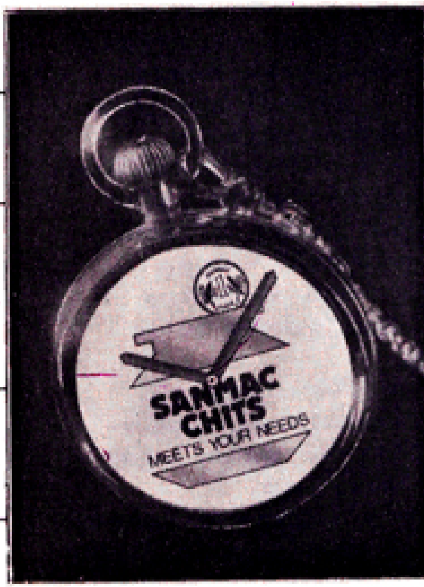
SANMAC
CHITS
MEETS YOUR NEEDS

எந்த நேரமும் சான்மேக் நேரமே!

செயல்திறன் மிக்க சான்மேக் குரூப்பின், ஓர் முக்கிய அங்கமாகிய சான்மேக் சிட்ஸ் லிமிடெட் வெற்றிகரமான மற்றுமொரு திட்டத்தை வழங்குகிறது.

ரவுண்ட் -தி- இயர் சீட்டு குரூப்புகள்

இப்போது நீங்கள் எந்த மதிப்புள்ள சீட்டு குரூப்பிலும் ஆண்டின் எந்தக் காலத்திலும் சேரலாம். தமிழ்நாடு, ஆந்திரப்பிரதேசம் மற்றும் கர்நாடகத்தில் உள்ள 21 கிளை அலுவலகங்களில் எதில் வேண்டுமானாலும் சேரலாம். இந்த வகையில் வாடிக்கையாளர்களின் வசதிக்குப் பொருந்தும் வகையில், அவர்களுடைய



தேவைகளை நிறைவேற்றி, மிக நெருங்கி அவர்களுடைய உள்ளத்தையே தொட்டு விடுகிறோம். வாடிக்கையாளர்களின் தேவைகளை நிறைவேற்றுவதையே முக்கியக் கொள்கையாகக் கொண்டு, கடந்த ஆண்டில் சான்மேக் சிட்ஸ் மகத்தான சாதனை படைத்திருக்கிறது. இதுவரை வழங்கப்பட்ட பரிசுப் பணம் ரூ.36 கோடி இலக்கைத் தொட்டுவிட்டது. சந்தாதாரர்களின் எண்ணிக்கை மேலும் பெருகி 12,000 க்கும் மேல் ஆகி விட்டது. பரவலாக அமைந்துள்ள அலுவலகங்களின் எண்ணிக்கை 21 ஆக உயர்ந்து விட்டது.

இனி வரவிருக்கும் ஆண்டில் எதிர்கொள்ள வேண்டிய மாபெரும் சவால்களை எல்லாம் சந்திக்க முற்றிலும் தயாராக உள்ளது இந்த நிறுவனம். இந்த செல்வச் செழிப்பிலும் வளர்ச்சியிலும் நீங்கள் நிச்சயம் பங்கு பெற வேண்டும்.

இதற்கு நல்ல நாள் பார்க்க வேண்டிய அவசியமே இல்லை. இதில் நீங்கள் சேரும் நாளே, வளமான வருங்காலத்திற்கு நல்லதொரு 'தொடக்கம் ஆகும்.

இன்றே சான்மேக் சீட்டில் சேர்ந்திடுவீர்!

குரூப் குறியீடு	சீட்டுச் சந்தா ரூ.		மாதங்கள்	சீட்டு மதிப்பு ரூ.	நிர்வாகக் கட்டணங்கள் ரூ.	அன்பளிப்புகள்
B	500	X	20	10,000	40.00	பிக்னிக் பேக்
F	500	X	30	15,000	75.00	மூடியுடன் கூடிய ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் பாத்திரம்
HF	750	X	20	15,000		
JF	1,000	X	15	15,000		
J	1,000	X	25	25,000	85.00	டிராவல் பேக்
G	1,500	X	20	30,000	105.00	லஞ்ச் செட்
RK	2,000	X	15	30,000		
S	2,500	X	20	50,000	135.00	சூட்கேஸ்
R	2,000	X	25	50,000		
LH	2,500	X	40	1,00,000	280.00	டீலக்ஸ் சூட்கேஸ்
LK	4,000	X	25	1,00,000		
LS	5,000	X	20	1,00,000		
LG	5,000	X	30	1,50,000	400.00	வெள்ளிப் பொருள்
TL	5,000	X	40	2,00,000	500.00	
CL	10,000	X	30	3,00,000	600.00	
PL	12,500	X	40	5,00,000	800.00	தங்க நாணயம்

குறிப்பு: எல்லா சீட்டு குரூப்புகளுக்கும் ஏலத் தொகைக்கு 30% உச்ச வரம்பு.
முன் அனுமதி பெற்றது.

சான்மேக் சிட்ஸ் லிமிடெட்

நிர்வாக அலுவலகம்: "லஷ்மி டவர்ஸ்", 27, டாக்டர் ராதாகிருட்டிணன் சாலை, மயிலாப்பூர், சென்னை 600 004. தொலைபேசி: 8258637, 8240051.

கிளைகள்: சென்னை: அண்ணா நகர் ✆ 6214454. அசோக் நகர் ✆ 4824757. அண்ணா சாலை ✆ 8520921. மயிலாப்பூர் ✆ 4992488, 4990027. புரசைவாக்கம் ✆ 6425036. தி. நகர். ✆ 8278515. மேற்கு தாம்பரம் ✆ 2366327. கடலூர் ✆ 22728. கோயம்புத்தூர் ✆ 446375, 471403. கும்பகோணம் ✆ 24844. மதுரை ✆ 540849. நெய்வேலி ✆ 22984. சேலம் ✆ 446607. திருச்சி ✆ 25324. திருவண்ணாமலை ✆ 22922, 23333. திருநெல்வேலி ✆ 322032. பெங்களூர் ✆ 368331. திருப்பதி ✆ 24376. ஐதராபாத் ✆ 397879. விசாகப்பட்டினம் ✆ 545854.

BID FOR A BETTER LIFE



"நானும் எத்தனையோ பேரைப்போல பிறந்தேன், வளர்ந்தேன், வாழ்ந்தேன் என்று இருந்து விட்டிருப்பேன். ஆனால் சிறு வயதில் இருந்து எனக்குப் படிக்கவேண்டும் என்ற வெறி எப்படியோ வந்து விட்டது. அதுதான் இன்று நான் இந்த நிலைக்கு வரக் காரணம்..." என்கிறார் இன்று உலக அளவில் புகழ்பெற்ற பெண்மணிகளில் ஒருவராக விளங்கும் கோவை மனையியற் பல்கலைக்கழகத்தின் வேந்தராக விளங்கும் திருமதி. ராஜம்மாள்தேவதாஸ்.

உலகளாவிய நிலையில் மனையியல் துறையில் எந்த ஐயப்பாடு எழுந்தாலும் திருமதி. தேவதாஸைக் கேளுங்கள் என்கிற அளவிற்கு அத்துறையில் மிகப்பெரும் சாதனைகளைப் புரிந்திருக்கும் பெண்மணியை நேரில் பார்க்கும்போது ஆச்சர்யமாக இருக்கும். 'இவரா இத்தனை சாதனைகளைப் புரிந்தார்' என வியக்கும் அளவிற்கு மிக எளிய உருவம், இனிய பேச்சுக்கள், நம் வீட்டில் இருக்கும் ஒரு மூத்த வயதான பெண்மணியின் பழுத்துக் கனிந்த தோற்றம்.

"அம்மா, நீங்கள் எப்படி இத்தனை சாதனைகளை எட்டிப் பிடித்தீர்கள்?" என்றபோது கனிவாகச் சிரித்தார்.

"எல்லாம் இறைவன் அருள் அம்மா. என் வாழ்வின் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும்

வேலையே வேகத்தைக் கொடுக்கிறது!

இறைவனின் துணையோடுதான் பல சோதனைகளை வென்றேன்..." என்று அவர் தன் வாழ்க்கையின் ஆரம்ப நாட்களைச் சொன்னபோது பிரமிப்பாகத்தான் இருந்தது.

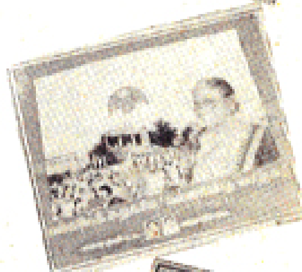
"எல்லோரையும் போல எனக்கும் சின்ன வயதிலேயே 1935–ல் கல்யாணம். தாய்மாமாவிற்கு மனைவியானேன். அவர்கள் அந்தக் காலத்திற்கேற்ற பழைய நம்பிக்கைகளில் ஊறியவர்கள். படிக்கிறேனே என்று அழுத என்னை அம்மா சமாதானப் படுத்தி கல்யாணம் செய்து வைத்தார்கள். ஆனால் அடுத்த வருடம் எஸ்.எஸ்.எல்.சி. எழுதுவேன் என்று சொல்லித்தான் கல்யாணத்திற்குச் சம்மதித்தேன். அதேபோல எஸ்.எஸ்.எல்.சி. பாஸ் செய்த பிறகு,

"இனிமே படிப்புகிடிப்புன்னு மூளைய குழப்பிக்காதே. வீட்ல அழகா குடித்தனம் நடத்தும் வழியைப் பாரு"என்று கண்டிப்பாக மாமியார் சொல்லிவிட்டார். அடுத்த வருடமே மகன் பிறந்தான்.



என்னால் சில வருடங்களுக்குப் பிறகு சும்மா இருக்க முடியவில்லை. அப்போது விழுப்புரத்தில் கணவர் பணியாற்றிக் கொண்டிருந்தார். அங்கே பக்கத்தில் மரத்தொட்டி வைத்திருந்த ஒரு நல்லவர் எனக்காக கல்லூரியில் அப்ளிகேஷன் வாங்கிப் போட்டார். எனக்குச் சென்னையில் கல்லூரியில் இடமும் கிடைத்தது. மெதுவாகக் கணவரிடம் இதைப் பற்றிச் சொன்னேன். முதலில் மறுத்தாலும் பிறகு

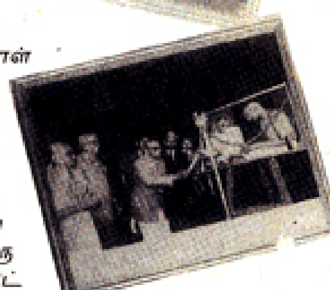












ஒத்துக் கொண்டார்கள். பியூசிக்குக் கஷ்டப்பட்டு அனுமதி வாங்கிச் சென்னைக்கு வந்தேன்.

எனக்குக் கணிதவியலில் மிகவும் ஆர்வம். பியூ.சி. முடித்து மீண்டும் கணவரிடம் மிகவும் பயந்து பர்மிஷன் வாங்கி பி.ஏ. சேரப் போகிறேன். அப்போது ராணிமேரிக் கல்லூரி முதல்வர் திருமதி கே.எம்..மையர் என்னை அழைத்தார். "ஹோம் சயின்ஸ் எடுத்து பி.எஸ்ஸி. படி, உனக்கு சீட் தருகிறேன்" என்றார். ஹோம் சயின்ஸ் என்றால் என்னவென்றே தெரியாது எனக்கு. ஆன மட்டும் மறுத்துப் பார்த்தேன். எனக்கு மற்ற கல்லூரியில் உதவித்தொகை தருகிறார்கள் என்றேன்." அதைப் போல இரண்டுமடங்கு தருகிறேன் இங்கு படி'' என்றார். ஆரம்பத்தில் ஆண்டவன் சித்தம் என்றேனே அதுதான் இது.



அப்போது மனையியல் இந்தியாவிற்குப் புதியது. என் கணவர் கூட கேலி செய்வார், இதென்ன சமையல், சாப்பாடுக்கு ஒரு படிப்பா என்று. நான் பி.எஸ்ஸி ஹோம் சயின்ஸ் சேர்ந்து படித்த போது அதற்கான சரியான பாடத்திட்டங்களோ, ஆசிரியரோ எதுவும் கிடையாது. நாங்களாக ஒவ்வொன்றும் தெரிந்து கொண்டோம். மகளிர் கிறித்துவக் கல்லூரியிலும் மனையியல் வளர்ந்தது. அங்கும் இங்குமாக படித்தோம்."

"அப்போது உங்கள் வீட்டுச் சூழ்நிலை, குழந்தை இதையெல் லாம் எப்படிச் சமாளித்தீர்கள்?"

அவர் சிரித்தார். "அதெல்லாம் தனிக்கதை. அந்தக் காலத்தில் திருமணமான பெண் வெளியூர் வந்து ஹாஸ்டலில் படிக்கிறாள் என்றால் எத்தனை பேச்சுகள் இருக்கும்? அதே போல மகன் சின்னக்குழந்தை. வீட்டிலிருந்து லெட்டர் வந்தால் பிரித்து படித்து முடிப்பதற்குள் கைநடுங்கும், குழந்தைக்கு ஏதாவது உடம்புக்கு என்னமோ என்று. அத்தனையும் மீறி படிக்க வேண்டும் என்ற ஆர்வம். அதுவும் மனையியல் துறையில் புதிதாக நாங்களே எல்லாம் திரட்ட வேண்டியதாக இருந்தது எல்லாம் ஒரு சவாலாகவே அமைந்தது. அதேபோல ஒரு லெவலுக்கு மேல் என் கணவர் என்னைப் புரிந்து கொண்டு விட்டார். 'இவள் ஏதோ சாதாரணமாக வீட்டோடு இருக்க வேண்டியவள் இல்லை' என்று. எனவே அவர்

பிறகெல்லாம் மிகவும் ஊக்கப்படுத்த ஆரம்பித்தார். எனவே ஆரம்ப நாட்களில் என் மன உறுதி என்றால் பிறகெல்லாம் முழுக்க என் கணவரின் ஒத்துழைப்புதான்."

"பி.எஸ்ஸி.க்கு அப்புறம் என்ன செய்தீர்கள்?"

"எம்.எஸ்ஸி, பிறகு பி.எச்டி செய்தேன். பிறகு ராணிமேரிக் கல்லூரியிலேயே பேராசிரியாக சேர்ந்தேன். அப்போதுதான் ஐயா அவினாசி லிங்கம் அவர்கள் கல்வித்துறை அமைச்சராக இருந்தார். அவரைப் பல சமயங்களில் சந்திக்கும் வாய்ப்பு கிடைத்தது. மேல்படிப்பிற்காக அமெரிக்காவிலிருந்து அழைப்பு வந்த போது ஊக்குவித்தவரும் அவர்தான். நான் மேல்நாடு சென்ற அந்த நாளை மறக்கவே முடியாது. 1947 ஆகஸ்ட் 15 சுதந்திரம் கிடைத்தது. நான் 17ந் தேதி கப்பலேறினேன்..."

இந்தப் பெண்மணியின் கல்வித்தாகம் இவரை உயர உயர ஏற்றியது. அமெரிக்காவில் ஓயாத படிப்பு, ஆராய்ச்சி என மனையியல் துறையில் கொடிகட்டிப் பறந்து மிகச் சிறப்பான முறையில் தேர்ச்சி பெற்று இந்தியா வந்தார்.

"நான் அமெரிக்கா போகுமுன் ஐயா அவர்களிடம் நீங்கள் மனையியல் கல்லூரி ஒன்று ஆரம்பியுங்கள். நான் வந்து விடுகிறேன் என்ற போது அவர், 'முதலில் உங்கள் படிப்பை முடியுங்கள். அப்புறம் பார்க்கலாம்'' என்றார். ஏனென்றால் ஹோம்சயின்ஸிற்காக ஒரு கல்லூரியா என்பது அந்தக் கால கேள்வி. ஆனால் நாம் உணவு முறைகளில் எத்தனை பின்தங்கி இருக்கிறோம் என்று ஆய்வுரீதியாக உணர உணர பல மாற்றங்களை இந்தியா முழுக்க செய்ய விரும்பினேன்.





என் வாழ்க்கையில் மறக்க முடியாத நிகழ்ச்சி ஒன்று உண்டு. அமெரிக்காவிலிருந்து திரும்பியவுடன் மத்திய அரசுப்பணியில் அழைப்பு வர சேர்ந்து விட்டேன். கிராமப்புறங்களுக்கு நிறைய டூர் போவேன். உத்தரப்பிரதேசத்தில் ஒரு கிராமம். அங்கே பால் அபரிமிதமான உற்பத்தி. அங்கே ஒரு பெண்ணின் குழந்தை நோஞ்சானாக அத்தனை வியாதிகளின் இருப்பிடமாக இருந்தது. வீட்டில் எங்கு பார்த்தாலும் பால்தான். தன் குழந்தைக்கு வீட்டில் மிகுந்து கிடக்கும் பாலைக் கொடுத்து வந்தாலே போதும் என்பது கூட தெரியாத அறியாமை. அதே போல கருவுற்ற பெண்களில் ஏராளமானவர்கள் இரத்த சோகையால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தனர். நம் வீட்டில் சுற்றுப் புறத்தில் கிடைக்கும் எளிமையான உணவுப் பொருட்களைக் கொண்டு ஆரோக்கியமாக வாழலாம் என்பதே தெரியாத நிலை.

மனையியலுக்கு ஒரு படிப்பா என்றார்கள். ஆனால் வாழ்க்கையோடு ஒட்டிய இந்தக் கல்வியின் மூலமாக சமூகத்தில் மிகப் பெரும் ஆரோக்கியப் புரட்சியையே ஏற்படுத்த வேண்டும் என்ற வெறியே எனக்குள் மூண்டது. நிறைய உழைத்தேன். நம் நாட்டிற்கு ஏற்ற, ஏழை எளியவர்க்கு உகந்த உணவுகளைப் பற்றிய நிறைய ஆராய்ச்சிகளைச் செய்தோம்."

இவருடைய ஆய்வுகளும், கருத்துக்களும் இந்தியாவில் மட்டுமல்லாமல் வெளிநாடுகளிலும் பாராட்டுக்களைப் பெற்றன. தமிழக அரசு, இந்திய அரசு, மற்றும் தொண்டு நிறுவனங்கள் உணவு, ஊட்டச்சத்து சம்பந்தமான பல ஆய்வுகளுக்கும், முன்னேற்றத்திற்கும் இவரை ஆலோசனை கேட்க ஆரம்பித்தன.

இந்த நிலையில் தமிழகத்தில் அவினாசி லிங்கம் செட்டியார்

ஸ்கிப்பிங், ஜாகிங், வாக்கிங் எதுவும் தேவை இல்லை...
அலுப்பு, சலிப்பு, சோர்வு எதுவும் கிடையாது...

உட்கார்ந்தபடியே
உடல் நலம் காக்க உதவுகிறது

நா.ஃபியா
ஹெல்த் மசாஜர்

தினசரி 20 நிமிடங்கள் போதும்



நாஃபியா ஹெல்த் மசாஜர் இந்தியாவிலேயே முதல்முறையாக அக்குபிரஷர், ரிஃப்லெக்ஸாலஜி பற்றிய மேல் நாட்டு விஞ்ஞான முறையில் கைகளிலும், கால் பாதங்களிலும் முடிவடையும் 7000 நரம்புகளுக்கு மேல் முழுமையான தூண்டுதல் அளிக்க ஏற்றவாறு வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

உடல்வலி, மூட்டுவலி, தசைப் பிடிப்புகள், ஆர்த்ரைடிஸ், வாதம், தூக்கமின்மை, தலைவலி போன்ற வற்றைக் கட்டுப்படுத்தவும், உடல் உறுப்புகள் யாவும் சீராக இயங்கி, ஆரோக்கியமாகத் திகழவும் உதவுகிறது.





நா.ஃபியா
சிலிம்மர் டிஸ்க்

உங்கள் இடை அழகை கூடுதலாக்கவும், உங்கள் எடையை குறைக்கவும் உதவுகிறது.

Dealer-Ship enquires solicited

- இலவச செய்முறை விளக்கத்திற்கு தொடர்பு கொள்ளவும்

நா.ஃபியா கேர்

3, பீட்டர்ஸ் ரோடு, 3-வது மாடி,
ராயப்பேட்டை, சென்னை 600 014.
போன்: 830773,
(மீர்சாகிப் பேட்டை மார்க்கெட் அருகில்)

Coimbatore: Dhanalakshmi Health Products, 428/14, 100 feet Road, Malarvizi Complex, Ghandhi Puram.
Trichy: Overseas Gifts, Jenny Plaza. ✆: 464889
Pattukkottai: Asian Gifts, 220, Railway Station Road. ✆: 23108

நலமான வாழ்க்கைக்கு நாஃபியா ஹெல்த் மசாஜர்

அவர்கள் தன் அமைச்சர் பணி முடிந்து கோவை திரும்பினார். ராஜம்மாள் அமெரிக்கா போகுமுன் கேட்ட கேள்வி அவருடைய சிந்தனையில் உழன்று கொண்டே இருந்தது. முதலில் நான்காண்டுகள் கல்லூரியை ஆரம்பித்து நடத்தி வந்தார். திருமதி தேவதாஸை முதல்வர் பொறுப்பேற்க அழைக்க, இதற்காகவே காத்திருந்த ராஜம்மாள் உடனே மத்திய அரசுப் பணியைத் துறந்து கோவை வந்து விட்டார்.

அன்று தொடங்கியது மனையியற் கல்லூரியின் வளர்ச்சி. 'இதுக்கு ஒரு காலேஜா' என வழக்கமான கேலி. வெறும் நாற்பத்தியைந்து மாணவிகள். ஹோம் சயின்ஸ் சேர்றீங்களா? எனப் போய்க் கேட்க வேண்டிய நிலை. இன்று பல்லாயிரக் கணக்கான மாணவிகள் பல்கிப் பெருகி எத்தனை வளர்ச்சி!

"நினைக்கும் போது பிரமிப்பாகத்தான் இருக்கிறது. எல்லாம் இறைவன் அருள். ஐயாவின் ஊக்குவிப்பு. எத்தனையோ படிகளைத் தாண்டி வந்து விட்டோம். கிராமப்புறப் பெண்களையும் வரவழைத்து அவர்களுக்கும் பயிற்சி தருகிறோம். மாணவிகளின் படிப்பு வாழ்க்கையோடு இயைந்ததாக இருக்க எத்தனையோ திட்டங்களை வைத்திருக்கிறோம். சமூகசேவை இங்கு கட்டாயப் பாடம். ஏழைகளின் சிரமம் தெரியாத மாணவிகளே இங்கு இன்று இல்லை." என்று பெருமிதத்தோடு கூறுகிறார் எழுபது வயதைக் கடந்த இந்த இனிய மூதாட்டி.

இத்தனை வயதிலும் அவர் தூங்குவது நான்கு மணிநேரங்கள்தான். எப்போதும் ஆராய்ச்சி, படிப்பு, வெளிநாட்டுப் பயணம், மாநாடுகளில் உரை என நேரமே இல்லாமல் பறக்கிறார். காந்திகிராம் இன்ஸ்டிடியூட்டில் டிரஸ்டி, தமிழக அரசு பிளானிங் கமிஷன் (நியூட்ரிஷியன் அண்ட் ஃபேமிலி ப்ளானிங்) உறுப்பினர், இந்திய அரசு ரூரல் டெவலப்மெண்ட் போர்டின் மெம்பர், அஸ்ஸாம் அரசின்... இப்படிப் பட்டியலிட்டு நீளுகிறது இவருக்கு இப்போதுள்ள பொறுப்புக்கள். பெற்ற பரிசுகளும், அவார்டுகளும் கணக்கிலடங்காதவை. அமெரிக்காவில் ஒரேகான் மாநில பல்கலை கழகம், கொலம்பியாவிலுள்ள பல்கலைக் கழகம் அளித்த ஆராய்ச்சிப் படிப்பிற்கான பட்டங்களிலிருந்து இன்னும் பல வகையில் நீளும் பட்டியல்... எப்படி இவருக்குச் சாத்தியமாகிறது!

"ரொம்ப சிம்ப்பிள். எனக்கு வேலையே வேகத்தைக் கொடுக்கிறது. என் கைக்கு வரும் பொறுப்பை முழு மனதோடு எடுத்துக் கொண்டு அதை மிகச் சிறப்பாக எப்படி முடிப்பது எனப் பாடுபடுகிறேன். மனையியல் என்றால் என்னவென்றே தெரியாத நான் அதை படித்தே ஆகவேண்டும் என்றபோது படிக்கவில்லையா? அதை எனக்கு மிகவும் பிடித்த சப்ஜெக்டாக மாற்றிக் கொள்ளவில்லையா? அப்படித்தான்" என்கிறார்.

பல்லாண்டுகளாக சமூகம் சார்ந்த, அவர்களின் மேம்பாட்டிற்காகவே கல்விப் பணி ஆற்றும் இவரின் அறிவுரை சமூகத்திற்கு என்ன?

"இன்றைய வாழ்க்கை ரொம்ப சிக்கலாகி விட்டது. அதைச் சரிசெய்து கொண்டால் நல்ல விதமாக வாழலாம். ஒவ்வொருவருக்கும் இலட்சிய வீடு இனிய வீடாக இருக்க வேண்டும். குடும்ப உறவுகளை நல்லவிதமாக அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும். முடிந்தவரை தங்கள் தேவையைத் தாங்களே பூர்த்தி செய்து கொள்ள வேண்டும். சுற்றுப்புறத்தோடு நல்ல நட்பு. ஆரோக்கியமான உணவு, வயதானவர்



களுக்கான சரியான இடம் இவை இருந்தால் இன்றைய சமூகத்தில் நிலவும் பல குழப்பங்கள் மறையும்" என்றார்.

"இளைய தலைமுறைப் பெண்களுக்கு நீங்கள் என்ன சொல்கிறீர்கள்?" என்றோம்.

"புத்திபூர்வமான கடின உழைப்பு, அமைதியான இல்லறம், இலட்சியத்தோடு கூடிய வாழ்க்கை அவர்களுக்கு உயர்வைத் தரும்" என்றார்.

எளிய குடும்பத்தில் பிறந்து, தன் இலட்சியம் கடின உழைப்பு இரண்டின் காரணமாகவே இன்று பிரமிக்கத்தக்க அளவில் உயர்ந்திருக்கும் இவரைவிட வேறொரு வழிகாட்டி நமக்கெல்லாம் உண்டா என்ன?

- மஞ்சுளாரமேஷ்

படங்கள் : **சுரேஷ்**

டி.வி. மூலமாக ஓர் ஆபரேஷன்!

திருச்சியில் 'முதன்முதலாக' லேப் ரோஸ்கோபி ஆபரேஷனைச் செய்யத் துவங்கி, கடந்த ஐந்து ஆண்டுகளாக பெண்கள்... ஆண்களுக்கு வெற்றிகர மாகச் செய்துவரும் டாக்டர் ஏ. ஜமீர் பாஷா, M.S. FICS, FAIS., இங்கே லேப்ரோஸ்கோபி ஆபரேஷனின் சிறப்புகளை விளக்குகிறார்....



ர் உதவியுடன் லேப்ரோஸ்கோபி ஆபரேஷன் செய்யப்படுகிறது.

கத்தி... ரத்தம்... தழும்பு இல்லாமல்...

"சாதாரணமாக ஆபரேஷன் என்றாலே எல்லோரும் பயப்படு வார்கள். கத்தியால் அறுப்பார்கள். ரத்தம் அதிகம் வெளிவரும். ஆப ரேஷன் செய்த பிறகு பெரிய தழும்பு இருக்கும் என்று தயங்கு வார்கள். இதற்கெல்லாம் முற்றுப்புள்ளி வைத்து கத்தியின்றி, ரத்தம் வீணாகாமல், தழும்பு இல்லாமல் செய்யப்படும் சமீப கால மருத்துவ சாதனைதான் இந்த லேப்ரோஸ்கோபி ஆபரேஷன்.

பெண்களுக்குப் பெரிதும் பயனுள்ள....

"தற்காலத்தில் பெண்களுக்கு வீட்டு வேலைகளும் அலுவலக வேலைகளும் அதிகரித்துள்ள நிலையில் ஆபரேஷன் செய்துகொண்டு ஆஸ்பத்திரி படுக்கையில்

பல நாள் இருக்க முடியாத சூழ்நிலையே உள்ளது.

லேப்ரோஸ்கோபி ஆபரேஷன் செய்து கொள்ளும் பெண்கள் இப்படிப் பல நாட்கள் ஆஸ்பத்திரியில் அட்மிட் ஆகி இருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஆபரேஷன் முடிந்த மறுநாளே வீடு சென்றுவிடலாம். அது மட்டுமல்ல. மற்ற ஆபரேஷன் செய்து வீடு சென்றாலும் அன்றாட அலுவல்களை, ஆபீஸ் அலுவல்களை இயல்பாக, வேகமாகச் செய்ய முடியாது. ஆனால் லேப்ரோஸ்கோபி அறுவை சிகிச்சை செய்து கொண்ட பெண்கள் மறுநாளே எல்லா வேலைகளையும் முன்பு போல் சுறுசுறுப்பாகச் செய்ய முடியும். எனவேதான் பெண்களுக்குப் பெரிதும் பயனுள்ள ஆபரேஷனாக இது இருக்கிறது. பரபரப்பான பல்வேறு பணிபுரியும் ஆண்களுக்கும் இந்த லேப்ரோஸ்கோபி பயனுள்ளதாக இருக்கிறது.

லேப்ரோஸ்கோபி ஒரு வீடியோ கேம்...

"இந்த முறை ஆபரேஷன் வீடியோ கேம் ஆடுவது போன்றது. டி.வி. திரையில் பார்த்தபடி ஆபரேஷன் செய்கிறோம். புராணத்தில் அர்ஜுனன் மீனின் பிம்பத்தைத் தண்ணீரில் பார்த்தபடி தலைக்கு மேல் உள்ள மீனை அம்பால் அடிப்பதுபோல், வீடியோவில் பார்த்தபடியே அறுவை சிகிச்சை செய்கிறோம். பொறுமை, நிதானம், கண்காணிப்பு, கவனம் இதில் மிக முக்கியமானது..."

லேப்ரோஸ்கோபி... லேசர் விவரம்...

"லேப்ரோஸ்கோபி என்பது வயிற்றில் உள்ள உறுப்புகளை வீடியோவில் காண்பிக்கும் கருவி. இந்தக் கருவி நீளமாகக் குழாய் போல் இருக்கும். குழாயின் ஒருபக்கம் கேமிரா இருக்கும். மறுபக்கம் வயிற்றின் உள்ளே போகும். இதற்குச் சிறுதுளை போதும். இந்தக் குழாய் வயிற்றினுள் சிறுதுளை மூலம் சென்று வயிற்றுக் கோளாறுகளைக் காண்பிக்கும். ஆபரேஷன் செய்ய மேலும் இருதுளைகள் வயிற்றில் சிறியதாக ஐந்து மில்லிமீட்டர் அளவு



• லேப்ரோஸ்கோபி ஆபரேஷன் பற்றி விளக்குகிறார் டாக்டர் ஜமீர் பாஷா.

செய்து, அதன் வழியே நுண்ணிய உறுதியான கருவியை உள்ளே செலுத்தி கருப்பப்பைக் கட்டி, பித்தப்பைக் கற்கள் போன்றவைகளை நீக்குவோம்.

இந்த லேப்ரோஸ்கோபியின் CCD என்ற கேமிரா உள் உறுப்புகளை இருபது மடங்கு பெரிதாக்கிக்காட்டும். எனவே நுண்ணிய நரம்புகளும் தெரிவதால் ஆபரேஷனை கவனமாக, லாகவமாகச் செய்து, ரத்தக்கசிவை 'லேசர்' கொண்டு நிறுத்தித் தையல் போட்டுவிடுவோம். பெண்களுக்குக் கருப்பை, சூல்பை, சினைப்பைகளில் உண்டாகும் கட்டியினை இதன் மூலம் நீக்கலாம். மலட்டுத்தன்மை உள்ள பெண்களுக்கு லேப்ரோஸ்கோபி ஆபரேஷன் மூலம் குழந்தை பிறக்க வைக்கலாம். இந்த நூதன சிகிச்சை முறையால் 'கர்ப்பப்பை' நீக்கலாம்.

இதனால் குடல் அடைப்பு ஏற்படாது. தையல் பிரிந்து ஏற்படும் தொந்தரவு வராது. வலி இருக்காது. முக்கியமாக எந்தவிதப் பின்விளைவுகளும் ஏற்படுவது இல்லை. கேன்சர் பரவாமல் தடுக்க முடியும். கர்ப்பப்பையை நீக்காமலேயே அதில் உண்டாகும் கட்டிகளை அகற்ற முடியும். உயிருக்கு ஆபத்தான ரத்தக்கசிவைத் தடுக்க முடியும். இந்த அற்புதமான லேப்ரோஸ்கோபி அறுவை சிகிச்சையை அரசு மருத்துவமனை அனைத்திலும் செய்ய ஏற்பாடு செய்யப்பட்டால் பலர், குறிப்பாகப் பெண்கள் பயன் அடைவார்கள்" என்கிறார் - ஷானவாஸ் நர்சிங் ஹோம், A-20, மெயின் ரோடு, தில்லை நகர், திருச்சி - 620 018, (தொலைபேசி : 0431 - 468176) என்ற முகவரியில் உள்ள டாக்டர் ஏ. ஜமீர்பாஷா.

மங்கையர் மலர்

'சேவையால் உயர்ந்தேன்!

— ராஜம்மாள் தேவதாஸ்



டிசம்பர் - 95 இதழுடன் இணைப்பு



"என்னோட பிரெஸ்டீஜ்
ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல்
புதுசா வாங்கினதுன்னு
என் மாமியார்
நினைச்சாங்க!"



"என் பிரெஸ்டீஜ் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் பிரஷர் குக்கர் வாங்கி ஒரு வருஷமாச்சுன்னு நான் சொன்னப்போ அவங்களால நம்பவே முடியவில்லை. இதேபோல என்னிக்கும் அழகாவே இருக்கும்னு நான் சொன்னேன். இதுல சமையல் செய்யறது எத்தனை சுலபம், எத்தனை சிக்கனம்னு காண்பிச்சேன். ஒரே ஆச்சரியம் அவங்களுக்கு! (எப்போதும் சேமிக்கற இரண்டு வகைகளில் இது கிடைக்கிறது – காப்பர் பாட்டம் மற்றும் சாண்ட்விச் பாட்டம்). சமைச்சு முடிச்சதும் இதை நான் சுலபமா சுத்தம் செய்யறதையும் பார்த்த என் மாமியார் உடனே என்னை கடைக்கு கூட்டிட்டு போ, எனக்கும் ஒண்ணு வேணும் அப்படின்னுட்டாங்க!"

பிரெஸ்டீஜ்
ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல்
பிரஷர் குக்கர் • பிரஷர் பேன்

இன்றைய சமையலறையின் பெருமிதம்.

SUPPLEMENT TO MANGAYAR MALAR DECEMBE
REGISTERED NO. TN MS(S) 231
Registered as Newspaper in Sri Lanka



இதயம் நல்லெண்ணெய்

நானும் ஒரு கில்லாடி தான் ...

என்ன சார்...
என்ன அப்படிப் பார்க்கறீங்க?
என்னடா வீட்டுக்காரியை
ஆபீசுக்கு அனுப்பிச்சிட்டு இவன்
சமையல் பண்ணிக்கிட்டு
இருக்கானேன்னா?



இன்னைக்கு வீட்ல விசேஷங்க.
எங்க கல்யாண நாள், அவனுக்கு லீவு
கிடைக்கலை. நான் ஆபீசுக்கு லீவு
போட்டுட்டு என் நளபாகத்தை
ஆரம்பிச்சிட்டேன். சமையலிலே
நானும் ஒரு கில்லாடி தான்.
இருக்கவே இருக்கு
இதயம் நல்லெண்ணெய்.
அதுல சமையல் செஞ்சா சுவையும்
மணமும் பிரமாதம்.

இதயத்திற்கு இதமானது **இதயம் நல்லெண்ணெய்**

இதயம் நல்லெண்ணெய் இரத்தத்தில்
கொலஸ்ட்ரால் அளவைக் குறைக்கிறது.

DELHI DISTRIBUTOR
M/S. SRI RAMA STORES, Shop No.4, Rama Market,
Munirka, New Delhi - 110 067. Ph. : 6942476 & 662686

BOMBAY DISTRIBUTOR
M/S. P. RAMALINGAM, Near Matunga Railway Station (C. Rly)
Matunga, Bombay - 400 019. Ph. : 4012077, 4022473 & 4026874



Silverspoon


வெள்ளைத் துணிகளின் இதயத்துடிப்பு
அறிமுகம்
DIP DIP
நீலம்
DIP DIP இரண்டே சொட்டு
அரைலிட்டர் தண்ணீருக்கு.
எளிதாக நீரில் கரைந்து, சீராக
பரவி துணிகளின் இழைகளில்
இழையோடி பழுப்புத் துணிகளை
தூய வெண்மையாக்குகிறது.
இலவசம்!
இப்பொழுது
ஒவ்வொரு DIP DIP நீலம்
பாட்டிலுடன் ஒரு ரூபாய்
ஐம்பது காசு மதிப்புள்ள ஒரு
MINI MEDIMIX SOAP
இலவசம்.
DIP
DIP
FABRIC WHITENER
Net Contents 75 ml.
MEDIMIX
முந்துங்கள்
DIP DIP நீலம்
DIP DIP நீலம்
SRICHAKRA COMS. 772/95